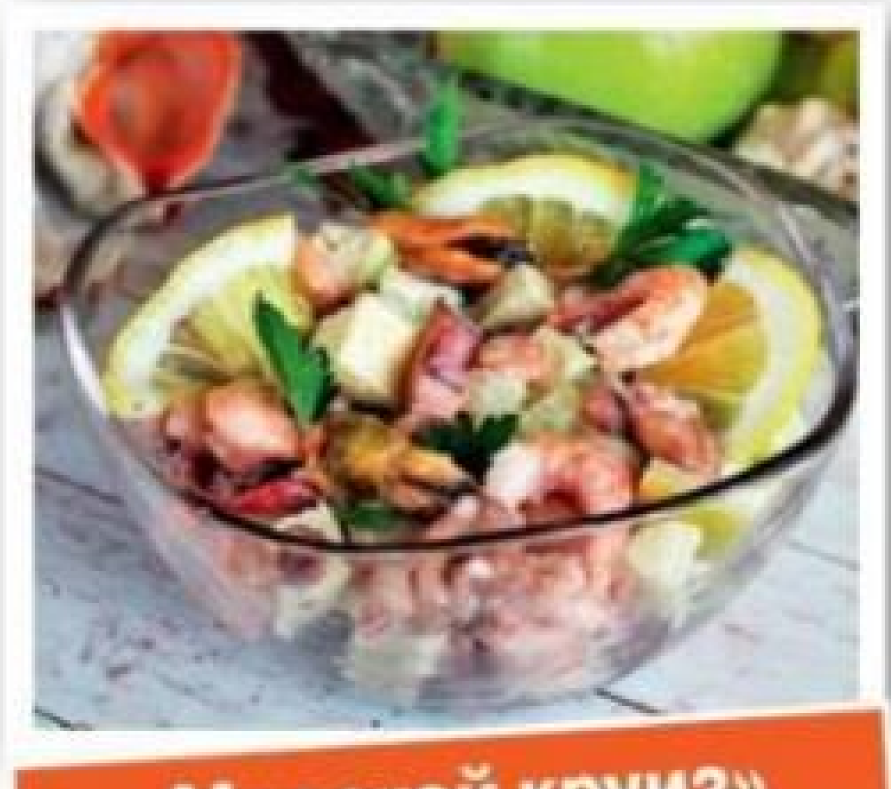
ЗОЛОТЫЕ РЕЦЕПТЫ
наших читателей

Толока



№ 10 (284), МАЙ 2021 г.



«Морской круиз»

6 крутых девайсов от бабушки



Карельские калитки

На здоровье! Миссия «Антихолестерин»



Малиновый соблазн

ISSN 1993-8047

Десерты: сладкие сказки

С

колько шуток существует про «теплые отношения» тещи и зятя, столько же и доказательств того, что не нужно всех мерить одним шаблоном. Вот наш новый автор Людмила КРЮКОВА из г. Могилева мужу своей дочери даже торт ко дню рождения испекла — это ли не лучшее свидетельство того, что зятя она ценит и любит. Рецепт изумительного медовика ищите на стр. 14 — и повторяйте для своих близких. А Людмилу за отличную идею подарка награждаем почетным званием «Мисс номера» — поздравляем!



рубрики выпуска

Наши эксперты и золотые хозяюшки


Елизавета Глинская, шеф-повар, г. Киев


Татьяна Назарук, кулинарный блогер, г. Минск


Людмила Денисенко, диетолог, г. Донецк


Елена Цой, шеф-повар, г. Санкт-Петербург


Марина Водолажская, г. Барнаул


Татьяна Берковская, г. Витебск


Марина Гармаш, Запорожская обл.

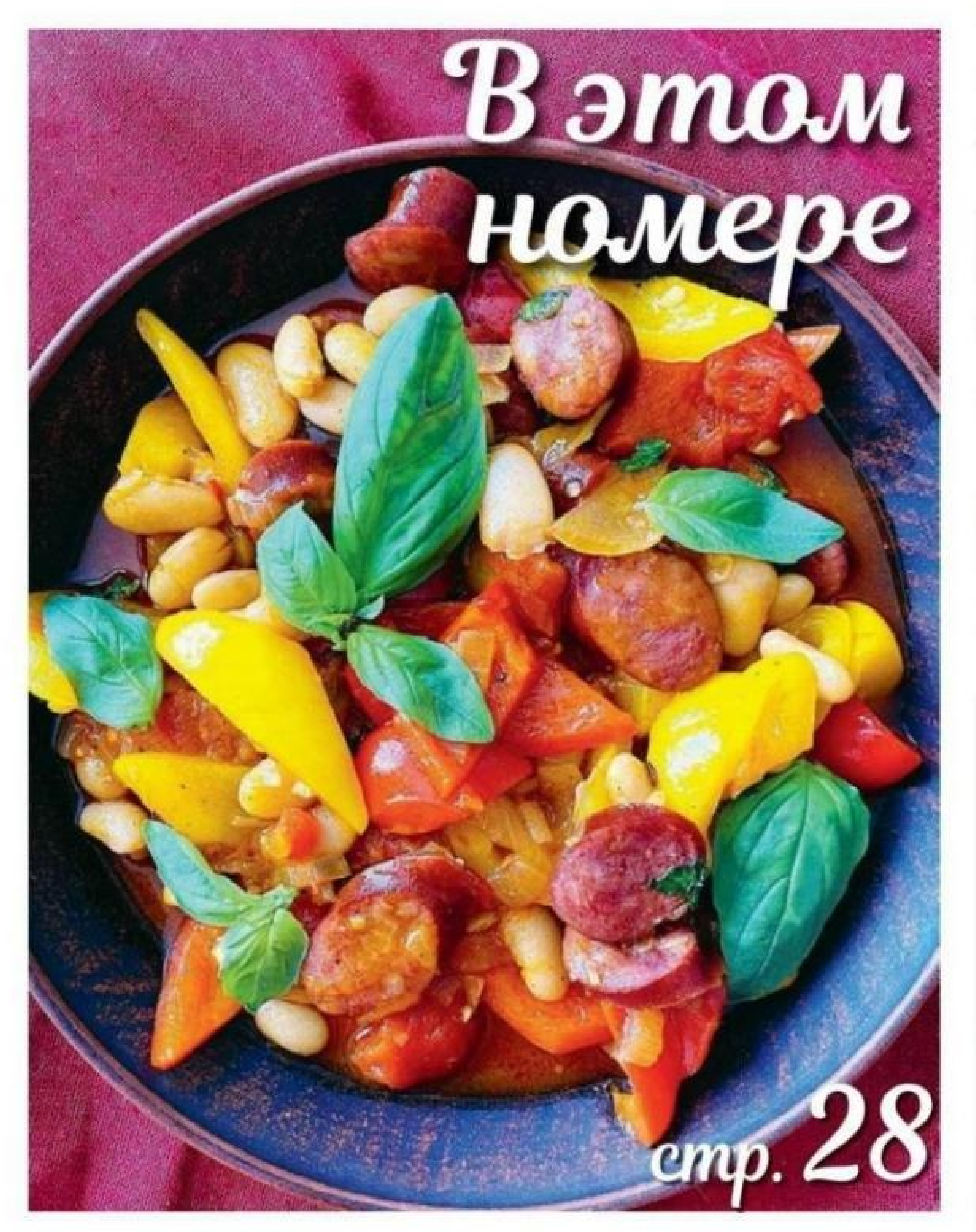

Нина Минина-Россинская, г. Киров

Наши подписные индексы:
П1198 «Почта России», 72652 «Почта Крыма»

СЛОВО РЕДАКТОРА

Как много денег вы тратите за один поход в продуктовый? Нет-нет, не во время субботнего шопинга на широкую ногу, а просто когда заскочили в магазин взять колбасы, хлеба и молока? Теперь зайдите на сайт toloka24.ru или в свое почтовое отделение. И сравните сумму, которую каждый день проедаете, с ценой подписки на «Золотые». Почти нет разницы, верно? А ведь, оформив абонемент, вы за эти деньги получите 12 пухлых и полезных номеров! Мы же, в свою очередь, будем знать, что работаем не зря. Ведь одно дело, когда вы от случая к случаю покупаете издание. Увидите ли следующую тему, не пропустите ли дельные советы наших хозяюшек, а может, даже собственную кулинарную идею, которую когда-то отправляли нам?.. Подписка же гарантирует, что мы станем друзьями как минимум на полгода. И не оставим вас без интересного чтива под чашечку чая с домашним десертом — смотрите, сколько рецептов в этот раз собрали!

Алена СУХАН



В этом номере
стр. 28



Десерты: сладкие сказки

Изумительный пирог «Облачный атлас» с начинкой, спрятанной под слоем нежной меренги, ищите на стр. 17.

Кексы «Дон Лимон»

Любимое лакомство в нашей семье к чаю! Благодаря цитрусовой цедре получаются изумительными.

• 350 г сливочного масла • 1,5 ст. сахара • 8 яиц • 2 ст. муки • 1 лимон • 20 г разрыхлителя

С лимона мелкой теркой снять цедру. Мякоть без белой части кожуры и семян спюрировать блендером. Мягкое масло растереть с сахаром добела, добавить по одному яйца, взбивая миксером на высокой скорости. Всыпать муку и разрыхлитель, перемешать. Положить цедру и измельченную мякоть лимона. Выложить тесто в формочки, заполняя на 1/2 объема. Выпекать в духовке при 180 град. около 30 мин.

Светлана ДЕМОЧКО,
пгт. Черниговка Запорожской обл.



Мой сын Андрей

Рулетики «Белоснежка»

ГОТОВИТ ЗОЛОТАЯ ХОЗЯЮШКА

для теста **• 4 яйца • 160 г сахара • 100 г муки • ванилин**

для начинки **• 250 г маскарпоне • 120 г сгущенного молока • 200 г консервированных персиков • 50 г сахарной пудры • 1 ч.л. желатина • 50 мл воды**

Яйца взбить миксером в стойкую пену, подсыпая сахар с ванилином. Добавить просеянную муку, перемешать ложкой снизу вверх. Выложить тесто на застеленный пергаментом противень. Выпекать в духовке при 180 град. 10-12 мин. Горячий корж переложить на посыпанное сахаром полотенце, снять бумагу, свернуть вместе с полотенцем рулетом и оставить на 50-60 мин. Сыр комнатной температуры венчиком смешать со сгущенкой. Персики мелко нарезать. Желатин замочить в воде, дать ему набухнуть, затем распустить. Корж развернуть, нарезать полосками 6х12 см. Пропитать персиковым сиропом. Смазать кремом, выложить поверх по ложке фруктов, свернуть рулетиками. Присыпать сахарной пудрой. Оставшиеся кусочки персиков смешать с желатином, украсить верх пирожных. Дать десерту застыть в холодильнике.



Марина ВОДОЛАЖСКАЯ,
г. Барнаул

«Кофемания»



Для любителей желейных десертов это настоящая находка. В меру сладкий, с еле уловимой кислинкой, тающий во рту, он не оставит равнодушными ни детей, ни взрослых.

• 400 мл 3,2% кефира • 2-3 ст.л. сахара • 10 г быстрорастворимого желатина • 2 ч.л. растворимого кофе • 200 мл воды

Залить кипятком кофе, добавить желатин и оставить на 5 мин., периодически помешивать. В миске смешать кефир и сахар. Через сито влить к ним кофе с желатином, слегка взбить. Разлить массу в креманки и отправить в холодильник на 2-3 часа. Если торопитесь, можно поставить в морозилку, но следите, чтобы десерт не замерз.

Марина БАХАРЕВА, г. Витебск

Совет вслед

Вместо кефира можно взять 4% ряженку, десерт получится тоже очень вкусным, но без «фирменной» кислинки.

Чиа-пудинг с вишней

ГОТОВИТ ХОЗЯЮШКА ЗОЛОТАЯ

В качестве основы для этого десерта можно использовать не только натуральный йогурт, но и другую кисломолочку — кефир, ряженку, простоквашу. И с ягодными наполнителями тоже экспериментировать.

• 300 г натурального йогурта • 4 ст.л. семян чиа • 1 ч.л. меда
для наполнителя • 200 г вишни • 1 ст.л. сахара • 1 ч.л. кукурузного крахмала

Смешать йогурт, семена чиа и мед. В кастрюльку выложить вишню без косточек (замороженной дать оттаять), добавить сахар и крахмал. Перемешать, раздавливая ягоды, чтобы они пустили больше сока. Поставить на средний огонь и, помешивая, довести до кипения. Проварить смесь до загустения буквально минуту. Дать остыть. Разложить массу в стаканы. Сверху распределить чиа-пудинг. Затянуть посуду пищевой пленкой, чтобы десерт не заветрился, поставить в холодильник минимум на 4 часа.



Татьяна БЕРКОВСКАЯ, г. Витебск

* **кукурузный крахмал** можно заменить картофельным — хватит 1/2 ч.л.

Кулинарная математика

Как рассчитать количество ингредиентов для торта, если у вас другая форма — больше или меньше указанной в рецепте?

Если речь идет о круглой форме, нужно разделить квадрат диаметра большей на квадрат диаметра меньшей. Допустим, в рецепте дан диаметр 20 см, а у вашей 24 см.
24×24 = 576
20×20 = 400
576÷400 = 1,44 (я в таких случаях округляю до 1,5).
Значит, вес каждого ингредиента нужно умножить на 1,5.

Диаметр вашей формы, см	Диаметр формы в рецепте, см								
	14	16	18	20	22	24	26	28	30
14	1	0,8	0,6	0,5	0,4	0,35	0,3	0,25	0,2
16	1,3	1	0,8	0,65	0,55	0,5	0,4	0,35	0,3
18	1,65	1,3	1	0,8	0,65	0,55	0,5	0,4	0,35
20	2	1,55	1,25	1	0,8	0,7	0,6	0,5	0,45
22	2,5	2	1,5	1,2	1	0,85	0,7	0,6	0,55
24	3	2,25	1,8	1,45	1,2	1	0,85	0,75	0,65
26	3,45	2,65	2,1	1,7	1,4	1,2	1	0,85	0,75
28	4	3,05	2,4	2	1,6	1,35	1,2	1	0,85
30	4,6	3,5	2,8	2,25	1,85	1,55	1,35	1,15	1

Если же у вас, наоборот, форма меньше, чем указанная в рецепте, то количество всех ингредиентов надо разделить на 1,5. Чтобы совсем упростить задачу, можете вырезать эту табличку и отправить ее в свой кулинарный блокнот — пригодится!

Если одна из форм прямоугольная (квадратная), сначала вычислим ее площадь: S=a×b, где a — это длина, b — ширина. Затем — площадь круглой: $S=\pi\times r^2$, где π — 3,14, r — радиус. Получив два значения, мы должны разделить большую площадь на меньшую.
Например, если диаметр круглой формы 24 см, ее радиус будет равен 12 см. 12^2 = 144 см.
А значит, площадь — 3,14×144 = 452 см.
Если в рецепте указана квадратная форма, скажем, 22×22 см, то ее площадь равна 484 см.
Разделив это значение на площадь круглой, получим: 484 см÷452 см = 1,07.
Это значит, что все ингредиенты рецепта нужно разделить на 1,07.
Если же площадь формы, наоборот, больше той, что нужно, то умножить на получившийся коэффициент.

Как рассчитать вес торта на количество гостей?
В кондитерской практике принято, что на 1 человека должно приходиться по 200 г торта. Но советую приготовить десерт хотя бы с полукилограммовым запасом на случай, если торт окажется чересчур вкусным и часть гостей попросят добавки.

Ольга ТОСХОПОРАН, г. Афины, Греция

«Тысяча и одна ночь»

Ах, этот загадочный Восток с его манящими сладостями! Очутитесь в сказке, почувствуйте себя в роли Шахерезады и угостите домашних турецкой пахлавой.

• 450 г теста фило • 200 г сливочного масла • 100 мл растительного масла • 270 г ядер грецких орехов • 450 г сахара • 350 мл воды • 1 ст.л. лимонного сока • 1 палочка корицы



Тесто разморозить, развернуть и накрыть влажным полотенцем. Орехи измельчить. Сливочное масло растопить, смешать с растительным. Смазать маслом первый лист теста, разрезать его пополам. По короткому краю выложить орехи, свернуть в рулет. Так начинить все тесто, переложить в форму, полить оставшимся маслом. Выпекать в духовке при 180 град. 40 мин., остудить. Сахар залить водой, добавить лимонный сок и палочку корицы, довести до кипения, проварить еще 10-15 мин., дать сиропу остыть. Полить им пахлаву, оставить минимум на 5 часов пропитаться.

Можно нарезать тесто квадратами и складывать «пирамидкой».

Вероника ПОЛИЕНКО,
г. Санкт-Петербург



«Ягодка моя»

Вот-вот наступит клубничная пора — время мороженого!

• 200 г клубники • 50 г клюквы • 40 мл ягодного сиропа • 200 мл 20% сливок • 120 мл кефира • 100 г сахара

Смешать клубнику, клюкву, сахар и сироп. Измельчить блендером до однородности. Добавить кефир и сливки, еще раз пробить блендером. Разлить в формы, убрать в морозилку на 6-8 часов.

Наталья ШИЛОВА,
п. Хохольский
Воронежской обл.

Улыбнитесь!

Вечером замешивала тесто для бисквита: собиралась печь торт для мужа-именинника. Дочь крутилась рядышком, «помогала». Когда я достала уксус, решила, что не лишним будет обратить внимание малышки: «Это страшная отрава! Никогда не бери эту бутылочку!» Дочь с округлившимися глазами тут же побежала к отцу: «Папочка! Мама в твой торт яд добавила!»

Суфле из ряженки

НОВЫЙ АВТОР

Легкое, нежное, воздушное — готовьте и наслаждайтесь!



• 500 мл ряженки • 70 мл воды • 1,5 ст.л. какао • 10 г желатина • подсластитель

Распустить желатин в воде. Ряженку смешать с какао и подсластителем, влить желатин. Взбить блендером. Разлить в формочки, поставить в холодильник на 1,5-2 часа.

Валерия МАКАРЕВИЧ,
г. Москва, в «Инстаграме» @reallera_food

Торт «Винартерта»

НОВЫЙ АВТОР

Исландский десерт, который еще называют «Полосатая леди». Чтобы его попробовать, не обязательно отправляться в путешествие!

для теста **• 500 г муки • 220 г сливочного масла • 200 г сахара • 2 яйца • 1 ст.л. молока • 10 г разрыхлителя • 1/2 ч.л. соли • 1/2 ч.л. ванильного сахара • 1 ч.л. кардамона**

для начинки **• 700 г чернослива б/к • 300 мл воды • 50 г сахара • 1/2 ч.л. ванильного сахара • 1/2 ч.л. кардамона • 1/2 ч.л. корицы**

для посыпки **• сахарная пудра**



Чернослив залить водой, сварить. Растереть мягкое масло с обычным и ванильным сахаром. По одному добавить яйца. Следом — молоко, соль и кардамон. Частями всыпать просеянную с разрыхлителем муку. Замесить тесто, положить его в пакет и убрать в холодильник на 30 мин. Смешать чернослив без воды, сахар и пряности. Пробить блендером, остудить. Тесто разделить на 7-8 частей, раскатать в коржи диаметром 20-23 см. Выпекать по 5-8 мин. в духовке при 180 град. У готовых подровнять края. Промазать коржи начинкой (все, кроме верхнего), собрать торт. Обернуть его пищевой пленкой, поставить в холодильник на сутки. После пленку снять, края оформить крошкой из перемолотых обрезков коржей. Верх посыпать пудрой.

Ольга ИВАНЧЕНКО,
г. Мурманск

Чем заменить 1 яйцо в выпечке?

- 3 ст.л. арахисового масла
- 1/4 ст. несладкого яблочного пюре
- пюре из 1/2 банана
- 1 ст.л. агар-агара + 1 ст.л. воды
- 1 ст.л. соевого протеина + 3 ст.л. воды

Дульсе де лече

Его карамельно-молочный вкус чем-то напоминает сгущенку.

• 500 мл 3,2% молока • 125 г сахара • 2 г соды • стручок ванили или ванилин

Молоко довести до кипения, постоянно помешивая. Всыпать сахар, ванилин и соду. Размешать и приготовиться к долгому процессу помешивания: с этого момента отлучаться от ковшика не следует. Огонь должен быть ниже среднего или малый. Через 20 мин. молочная смесь станет желтоватой, а еще через 15 мин. — насыщенного кремового цвета. Продолжать варить, пока масса не станет коричневой, а по консистенции будет напоминать жиденький кисель. Снять кастрюлю с огня, перемешивать до остывания — масса станет еще гуще. Процедить ее, перелить в контейнер, закрыть крышкой, хранить в холодильнике до двух недель.

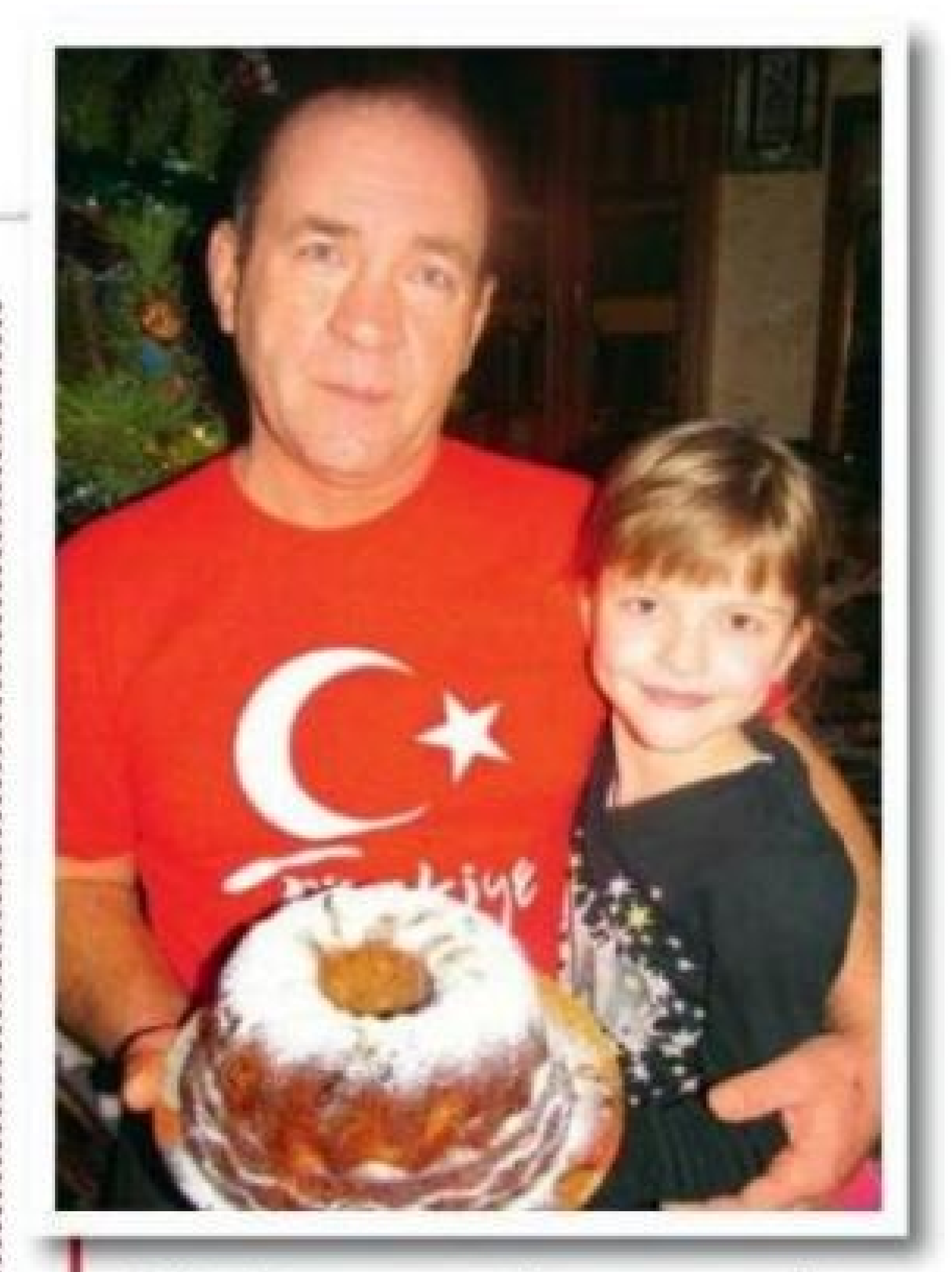
Ольга РОМАНЕНКО, г. Самара

Совет вслед

Для приготовления лучше взять посуду из нержавейки или антипригарную, эмалированная не годится. Ложку желательно использовать деревянную.

Прописка в Ватикане

Дульсе де лече — десерт, которым папа римский Франциск угощает своих гостей. И неудивительно, ведь большую часть своей жизни он провел в Аргентине, откуда это лакомство родом.



Мой папа Александр и доченька Маша

Праздничный кекс

Потрясающе вкусный и ароматный!

• 200 г сливочного масла • 200 г коричневого сахара • 3 яйца • 250 г муки • 10 г разрыхлителя • 500 г ассорти сухофруктов • 100 г ядер орехов • 150 мл коньяка • 1 апельсин

Мягкое масло взбить с сахаром. Добавить яйца и снова взбить. Всыпать 200 г просеянной с разрыхлителем муки, перемешать. Теркой снять цедру апельсина, выжать из него сок — ввести в тесто. Сухофрукты замочить в коньяке, крупные нарезать, обвалять в муке. Добавить в тесто вместе с орехами. Выложить в форму. Выпекать кекс в духовке при 160 град. 1,5 часа.

Дина СУРОВА, г. Лебедянь

Печенье «Рыжики»

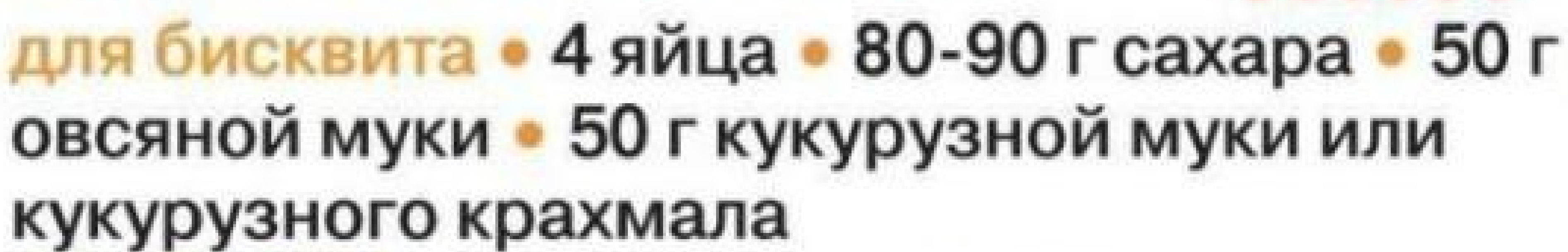
для теста • 500 г муки • 200 г сахара • 2 яйца • 100 г меда • 100 г сливочного масла • 2 ч.л. соды
для глазури • 4 ст.л. сахара • 2 ст.л. молока • 2 ч.л. какао • 60 г сливочного масла

Взбить яйца с сахаром. Сливочное масло с медом растопить на малом огне. Добавить соду, варить до насыщенного карамельного цвета. Снять с плиты, помешивать еще минуту. Ввести яичную массу, всыпать муку, замесить тесто. Раскатать в пласт толщиной 5 мм, вырезать фигурки. Выложить на застеленный пергаментом противень. Выпекать в духовке до зарумянивания. На малом огне прогреть смесь сахара, молока и какао, подмешать масло. Покрыть горячей глазурью остывшие печенюшки.

Светлана ГАВРИЛЕНКО,
ст. Отрадная
Краснодарского края



ЭТО ИНТЕРЕСНО!
На заре правления Людовика XV в качестве презента канцлер часто преподносил монарху самые изысканные сладости. А что было дарить королю, который сел на трон в пятилетнем возрасте?



Рулет без глютена

для бисквита • 4 яйца • 80-90 г сахара • 50 г овсяной муки • 50 г кукурузной муки или кукурузного крахмала
для крема • 200 г рикотты • 200 мл жирных сливок для взбивания • 250 г клубники • 100-120 г сахарной пудры



Желтки взбить с сахаром до побеления. Добавить оба вида муки, аккуратно ввести взбитые отдельно белки. Выложить тесто на застеленный пергаментом противень. Выпекать 10-15 мин. в разогретой до 180 град. духовке.
Взбить сливки, добавить рикотту, сахарную пудру и нарезанную клубнику. Бисквит застелить сверху пергаментом, с этим и нижним слоем бумаги снять с противня, свернуть рулетом, дать остыть. Затем развернуть, убрать пергамент, смазать кремом, снова свернуть.

Рикотту можно заменить мягким творогом.

Любовь
КРУГЛИКОВА,
г. Милан,
Италия,
в «Инстаграме»
@vkusno_tour

Взбиваем сливки по правилам

Процедура эта не особо сложная. Тем не менее довольно часто вызывает вопросы. Давайте разберемся, что к чему в этом хитром мире жирных сливок.

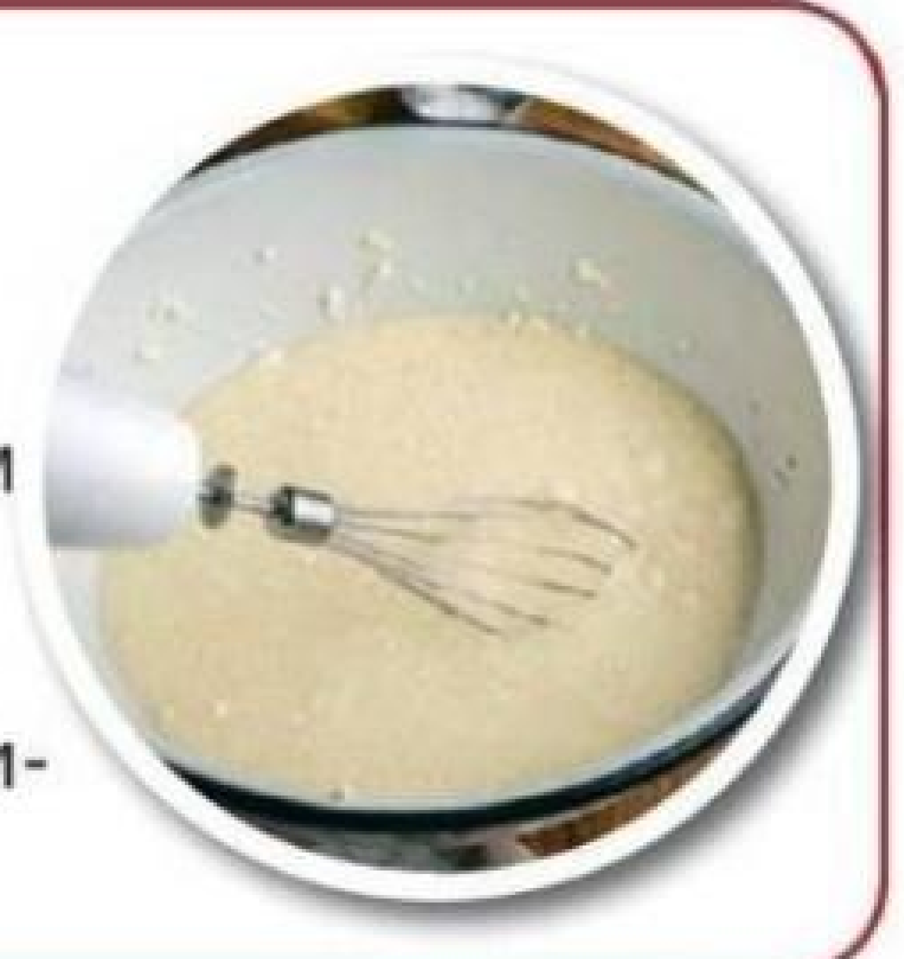
В продаже чаще всего можно найти сливки с жирностью от 9 до 38%. От 9 до 15% считаются питьевыми — их добавляют в кофе, напитки, коктейли, используют для приготовления желе и заварных кремов. С жирностью 18-25% нужны преимущественно для приготовления соусов. Они гуще, чем питьевые, но для взбивания тоже не подходят. А вот сливки 30-38% жирности — как раз то, что нужно. В них достаточно молочного жира, чтобы масса была стабильной.

Иногда мне пишут: «Взбивала сливки блендером 10 минут — безрезультатно. Что я делаю не так?» Запомните раз и навсегда: блендер для взбивания сливок (и яичных белков!) не подходит категорически. Для этого необходим миксер — ручной либо планетарный. В крайнем случае — блендер с насадкой «венчик».

Главное правило для успешного взбивания: сливки должны быть охлажденными. Держите их в холодильнике не 30 минут, а хотя бы 4-5 часов или лучше всю ночь. Вынув пачку из холода, хорошенько ее потрясите. При хранении жирные сливки разделяются на густую и более жидкую часть. Наша задача их соединить. Затем перелейте сливки в сухую чистую емкость. На заметку: один и тот же объем сливок быстрее взобьется в узкой высокой посуде, чем в широкой. Поэтому лучше взять не миску, а, например, мерный стакан. Взбивайте сливки до мягких или жестких пиков. Если необходимо подсластить — примерно в середине процесса добавьте сахарную пудру.

Почему сливки расслаиваются?

- Были плохо охлаждены.
- Вы взбивали их слишком долго.
- Сливки охлаждены, но в помещении, где вы их взбивали, слишком жарко.



Татьяна НАЗАРУК, кулинарный блогер, г. Минск

Медовик для любимого зятя

для теста • 3 яйца • 1 ст. сахара • 3 ст.л. меда • 100 г сливочного масла • 2 ч.л. соды • 9% уксус • 3-3,5 ст. муки
для крема • 250 г сахара • 400 г 20% сметаны • 1 банан
для глазури • 50 г сливочного масла • 3 ст.л. какао • 150 г сахара • 250 г сметаны

Взбить яйца с сахаром, добавить мед, растопленное масло, погашенную уксусом соду. Поставить на водяную баню на 7 мин., постоянно помешивать. Снять, дать массе немного остыть. Частями всыпая муку, вымесить тесто. Разделить его на 12 частей, тонко раскатать. Испечь коржи в духовке, подровнять края. Охлажденную сметану взбить с сахаром. Подмешать в крем натертый банан. На водяной бане прогреть смесь сметаны, сахара и какао, в конце добавить масло. Собрать торт, смазав коржи кремом. Полить глазурью, посыпать крошкой от обрезков коржей.



Людмила КРЮКОВА,
г. Могилев

Торт «Слезы ангела»



Во время остывания на его поверхности появляются капельки — невероятное волшебство!

для основы • 1 ст. муки • 1 ч.л. разрыхлителя • 80 г сливочного масла • 2 ст.л. сахара • 1 яйцо
для начинки • 500 г творога • 1/2 ст. сахара • 3 желтка • 1 ст.л. манки • 100 г сметаны • ванилин
для безе • 3 белка • 3 ст.л. сахарной пудры



Муку и разрыхлитель порубить ножом с охлажденным маслом. Добавить яйцо и сахар. Вымесить тесто. Завернуть его в пищевую пленку, положить в холодильник на 30 мин. Ингредиенты начинки взбить блендером. Тесто распределить по дну и стенкам формы, выложить начинку. Выпекать в духовке при 180 град. 20-30 мин. Затем распределить поверх взбитые в крепкую пену с сахарной пудрой белки, вернуть в печку еще на 10-15 мин. Выключить нагрев, приоткрыть дверцу, только через 40 мин. достать торт из духовки.

Олеся ДАХНО, г. Киев

Малиновый соблазн

Только посмотрите на эту вкусняшку! Замечательный творожный чизкейк придется по вкусу не только взрослым, но и деткам. Десерт достаточно прост в приготовлении, что делает его еще более привлекательным. А если дополните лакомство шоколадом и свежими ягодами, как я, — оно станет настоящим украшением праздничного стола.



для штрейзеля • **110 г муки** • **75 г сливочного масла** • **30 г какао** • **40 г сахара** • **35 г сахарной пудры** • **1/4 ч.л. соли**
для начинки • **500 г творога** • **3 яйца** • **90 г сахара** • **1 ч.л. ванильного экстракта** • **15 г кукурузного крахмала** • **100 г 20% сметаны**

Просеять муку и какао, всыпать сахар, пудру и соль. Подмешать нарубленное ледяное масло, растереть в крошку. Накрыть миску пищевой пленкой и отправить в холодильник на 20 мин.

Творог протереть сквозь сито. Миксером взбить яйца с сахаром и ванильным экстрактом до увеличения объема массы в 3 раза. Добавить творог, крахмал, перемешать на минимальной скорости. В самом конце ввести в начинку сметану.

На дно формы диаметром 15 см положить лист пергамента, смазать его и стенки емкости маслом. Распределить половину штрейзеля, слегка утрамбовывая. Влить начинку, присыпать оставшимся штрейзелем. Выпекать в духовке при 180 град. 40-50 мин. Остудить, затем поставить в холодильник на 2 часа.

Анастасия ВУККЕРТ,
г. Ростов-на-Дону

Совет вслед

Попробуйте дополнить пирог вишней из зимних запасов. Предварительно разморозьте ее, присыпьте сахаром и кукурузным крахмалом, чтобы «запечатать» внутри сок, который ягоды будут выделять при запекании. И положите их на нижний слой штрейзеля.

Еще немного о помощниках

Вы еще не обзавелись силиконовым ковриком? Тогда самое время узнать подробнее об этом чудо-приспособлении, которое здорово облегчает кулинарные хлопоты.

5 плюсов

К коврикам не пригорают коржи для тортов, выпечку легко снять, не нарушив ее целостность.

Подходят для раскатывания теста.

На них равномерно запекаются мясные и рыбные блюда.

Силикон выдерживает температуру от –35 до +235 град., материал не выделяет токсинов и не вступает в реакцию с продуктами.

Не вызывает аллергических реакций, устойчив к деформации.

! ОТКАЖИТЕСЬ ОТ ПОКУПКИ ИЗДЕЛИЯ С РЕЗКИМ ЗАПАХОМ. СЛИШКОМ ЯРКИЕ АКСЕССУАРЫ МОГУТ СОДЕРЖАТЬ ОПАСНЫЙ СИНТЕТИЧЕСКИЙ КРАСИТЕЛЬ. НА ИЗДЕЛИИ ДОЛЖНА БЫТЬ МАРКИРОВКА С УКАЗАНИЕМ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ, МАТЕРИАЛА, КЛАССА БЕЗОПАСНОСТИ, А ТАКЖЕ ПОМЕТКА «ДЛЯ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ»

Каждому свое

❖ Есть квадратные, прямоугольные и круглые коврики. Последние отлично подходят для сковородок. Если коврик больше, чем нужно, лишнее можно обрезать.

❖ Тем, кто часто готовит бисквиты, рекомендую обратить внимание на модели с бортиками — из таких тесто не вытекает.

❖ Перфорированные коврики позволяют лучше пропечься тесту: благодаря специальным отверстиям горячий воздух распределяется равномернее.

❖ На ковриках с выемками можно выпекать безе, профитроли, макаруны, печенье. При этом не надо думать, сколько сантиметров отступать от каждой заготовки.

❖ Модели с ячейками в виде зубцов или пирамидок, напоминающие сковородки-гриль, подходят для приготовления блюд из овощей, мяса, рыбы. Жир стекает в ячейки и не контактирует с продуктом. Такие рельефные листы дополнены воздухообменниками, поэтому пища пропекается равномерно.

❖ Коврики с текстурной поверхностью позволят испечь корж с узором.

Евгения ЧЕБАТКОВА,
кулинарный блогер,
г. Минск

«Облачный атлас»

для теста • 2 ст. муки • 180 г сливочного масла • щепотка соли • 1/2 ч.л. разрыхлителя • 2 ст.л. сметаны
для начинки • 5-6 груш • 4 ст.л. сахара • щепотка соли • ванилин • 1 ст.л. коньяка • 50 г сливочного масла
для безе • 3 белка • 1 ст.л. лимонного сока • 1 ст. сахара



Просеянную муку с разрыхлителем, солью и нарезанным холодным маслом перетереть в крошку. Добавить сметану, замесить тесто. Выложить его на дно и стенки формы для выпечки, поставить в холодильник.
В сковороде растопить сахар, добавить масло, ванилин, положить в карамель нарезанные ломтиками без кожуры груши, влить алкоголь. Держать фрукты на огне 7-10 мин., дать остыть. Выложить грушевый слой на основу. Выпекать в духовке при 180 град. 20 мин. Взбить белки с лимонным соком и солью, постепенно всыпая сахар, до устойчивых пиков. Достать пирог из духовки, выложить взбитые белки поверх грушевого слоя. Вернуть в печку еще на 15-20 мин.

Мария ШИЛОВА, г. Могилев. Фото Ирины САВОСИНОЙ

Советы вслед

Груши выбирайте твердых сортов, чтобы они в процессе приготовления сохранили форму. Для кислинки можно добавить немного клюквы или смородины, распределив ягоды поверх фруктового слоя. Если возиться с карамелизированными грушами нет времени, можно заменить их нарезанными яблоками с небольшим количеством сахара и корицы. Вообще, начинка в пироге может быть любой: ягодной, фруктовой, творожной или маковой.

Подавайте пирог к столу остывшим.

Улыбнитесь!

Испекла «правильный» торт без сахара и прочих вредностей. В гостях была подруга, поэтому сразу устроили чаепитие. Пробует она десерт… и говорит: «Сразу видно — диетический! После первого кусочка больше совсем не хочется». Так культурно мне еще никогда не говорили, что я приготовила полную ерунду.



Какой кондитерский мешок выбрать — одноразовый или многоразовый? Из какого материала? И как надолго его хватит?.. Десятки вопросов появляются вокруг, казалось бы, такого непритязательного и простого предмета. И это правильно! Разобраться поможет наш эксперт Елизавета Глинская, шеф-повар из г. Киева.

Не купить «кота в мешке»



Нужны кондитерские мешки для нанесения на десерты или закуски декоративных деталей из взбитых сливок, кондитерских кремов, майонеза или придания формы тесту, например, для печенья. Почти всегда дополняют этот конус несколько насадок с различного размера отверстиями, иногда они бывают фигурной формы. Все кондитерские мешки делятся на две категории — одноразовые и многоразовые. Последние, в свою очередь, бывают тканевыми и силиконовыми. И у каждого вида свои плюсы и минусы!



Одноразовые кондитерские мешки изготавливают из бумаги или пищевого полиэтилена. Они дешевые и простые в использовании, но после этого «помощника» придется выбросить. Продают такие мешки без дополнительных аксессуаров, однако с ними «подружатся» многоразовые насадки из металла или пластика. Удобны для украшения тортов кремом или взбитыми сливками. А вот для жидкого теста их лучше не брать — с таким мешком сложно регулировать объем выдавленной массы.



Многоразовые кондитерские мешки из ткани хороши для формовки воздушных пирожных, капкейков и изделий из жидкого теста. Производители чаще всего в качестве материала для них выбирают хлопок или винил. Обычно такие мешки прорезиненные внутри — это облегчает уход. Кстати, перед использованием, чтобы тканевый конус стал мягче, стоит прокипятить его в воде с содой. В комплекте с этими мешками идет много разнообразных насадок, которые могут крепиться как снаружи, так и изнутри. Считается, что снаружи — удобнее.

! ВЫБИРАЯ ТКАНЕВЫЙ МЕШОК, ИЗУЧИТЕ ВНИМАТЕЛЬНО ШВЫ — ХОРОШО, ЕСЛИ ОНИ БУДУТ СВАРНЫМИ. НЕУДОБНЫ ТАКИЕ МЕШКИ ТЕМ, ЧТО ИХ НУЖНО МЫТЬ И ДОЛГО СУШИТЬ, ВЕДЬ ЕСЛИ РАБОТАТЬ С ВЛАЖНЫМ, ШВЫ СО ВРЕМЕНЕМ МОГУТ ПРОСТО РАЗОЙТИСЬ



С многоразовыми силиконовыми мешками в этом смысле проще: их легче очистить от наполнителя, материал быстрее сохнет, швы не расходятся, поэтому кухонный помощник служит дольше. И не беспокойтесь: современные материалы абсолютно безвредны для организма!

5 правил выбора

1. Покупая кондитерский мешок, обратите внимание на швы и склейку — это залог долгой эксплуатации. Также помните: чем меньше швов — тем дольше прослужит вам изделие.

2. Лучше, если насадки будут крепиться снаружи, а не изнутри.

3. С одноразовыми мешками обращаться сложнее, поэтому их лучше не брать новичкам. Также такие мешки не подходят для наполнителей с плотной консистенцией: будут рваться.

4. При выборе обращайте внимание на размер и ширину мешка — он должен быть достаточно большим, чтобы его можно было без проблем наполнять кремом или тестом.

5. Если берете тканевый мешок, отдайте предпочтение с водоотталкивающим покрытием, которое защитит материал от намокания, пропитывания частичками продуктов и запахами.

Квашеные «синенькие»

• 3 баклажана • 2 моркови • 1/2-1 сладкий перец • 100 г свежей зелени — лука, укропа, петрушки, кинзы • 2-3 зубчика чеснока
для рассола • 2 ст.л. соли • по 2 горошины черного и душистого перца • 1-2 лавровых листа

С баклажанов срезать кончик с листочками, затем каждый плод разделить ножом вдоль, чтобы раскрылся «книжкой». Бланшировать овощи в кипящей воде. Уложить под пресс на 1-2 часа, чтобы из мякоти ушла лишняя влага. Залить 1 л кипятка соль и пряности, дать остыть до теплого состояния. Смешать натертую морковь, нарезанный сладкий перец, измельченные чеснок и зелень. Наполнить баклажаны начинкой. Часть останется, распределить ее между «синенькими». Залить овощи рассолом, поставить груз. Выдержать при комнатной температуре 3 дня. Затем перенести закуску в холодильник.

Александр СЛОБОДИН,
г. Киров



Мнение золотой хозяюшки. Используйте для квашения эмалированную, стеклянную или пластиковую посуду. Учитывайте: эта заготовка не для длительного хранения, то есть не на зиму! И для заквашивания может понадобиться больше времени — например, если в помещении холодно. Определить готовность закуски можно по помутневшему рассолу или сняв пробу.

Марина Гармаш



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама.

кулинарный совет



Образец для подражания

В гостях попробовала образцовую икру. Выведала секрет у хозяйки — и спешу поделиться с вами!

Нужна сильногазированная, но нейтральная минеральная вода (не такая соленая, как «Ессентуки»). Залить икру минералкой 1:2 и деликатно перемешивать, пока газ не выйдет. Затем откинуть на сито и дать воде стечь. Получается очень вкусно: излишняя соленость и липкая составляющая, которую считают «рассолом», исчезают.

Галина ФЕДОРОВА, г. Могилев



Канапе «Алые паруса»

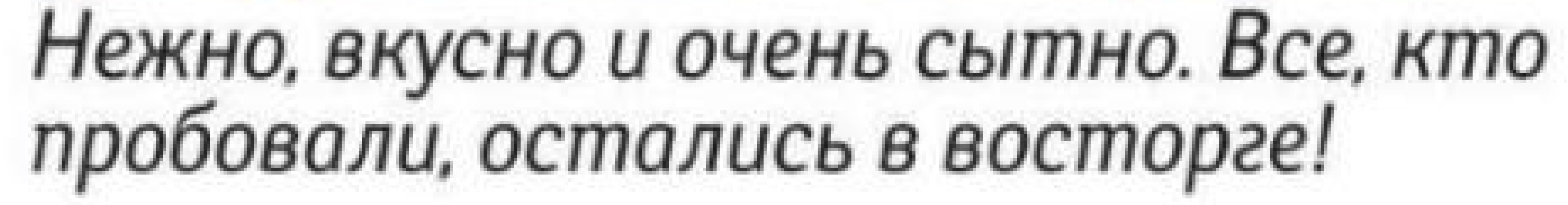
Обязательно должны найти свой причал на вашем праздничном столе. Красиво, вкусно и до невозможности просто!

Из ломтиков белого хлеба рюмкой вырезать кружки. Подсушить их на сковороде без масла. Огурец нарезать кружками. Смазать их сливочным сыром, положить на хлебную основу. Насадить на шпажки листочки петрушки, оливку и ломтик копченой колбасы «парусом». Воткнуть в кусочки огурца и хлеба.

Маргарита ПИРКО, г. Санкт-Петербург

Закусочная «Симфония»





Нежно, вкусно и очень сытно. Все, кто пробовали, остались в восторге!

• **500 г куриной печенки** • **150 г помидоров** • **300 г сыра** • **150 мл воды** • **150 г лука** • **150 г моркови** • **10 г порошкового желатина** • **соль** • **перец**

Помидоры нарезать, смешать с натертым на крупной терке сыром. Обжарить на растительном масле нашинкованный лук, добавить натертую морковь, печенку, посолить, поперчить, довести до готовности. Измельчить зажарку блендером. Желатин залить холодной водой, оставить на 30-40 мин., затем, помешивая, прогреть и распустить. Половину подмешать к печеночной массе, оставшуюся часть — к сырной. В силиконовую



форму выложить половину печеночной массы, всю сырную и снова — печеночную. Накрыть пленкой и убрать в холодильник на 5-6 часов. Достать закуску на тарелку.

Ирина РЯБЦЕВА, г. Толочин

«Мечта поэта»

• 200 г крабовых палочек • 200 г морской капусты • 1 банка консервированной кукурузы • 2 вареных яйца • пучок зеленого лука • майонез • соль • перец

Крабовые палочки, яйца и лук мелко нарезать. Смешать с остальными ингредиентами, заправить майонезом, посолить, поперчить.

Анна БЛИНОВА, г. Ростов-на-Дону





Жюльен «Дон Сезар»

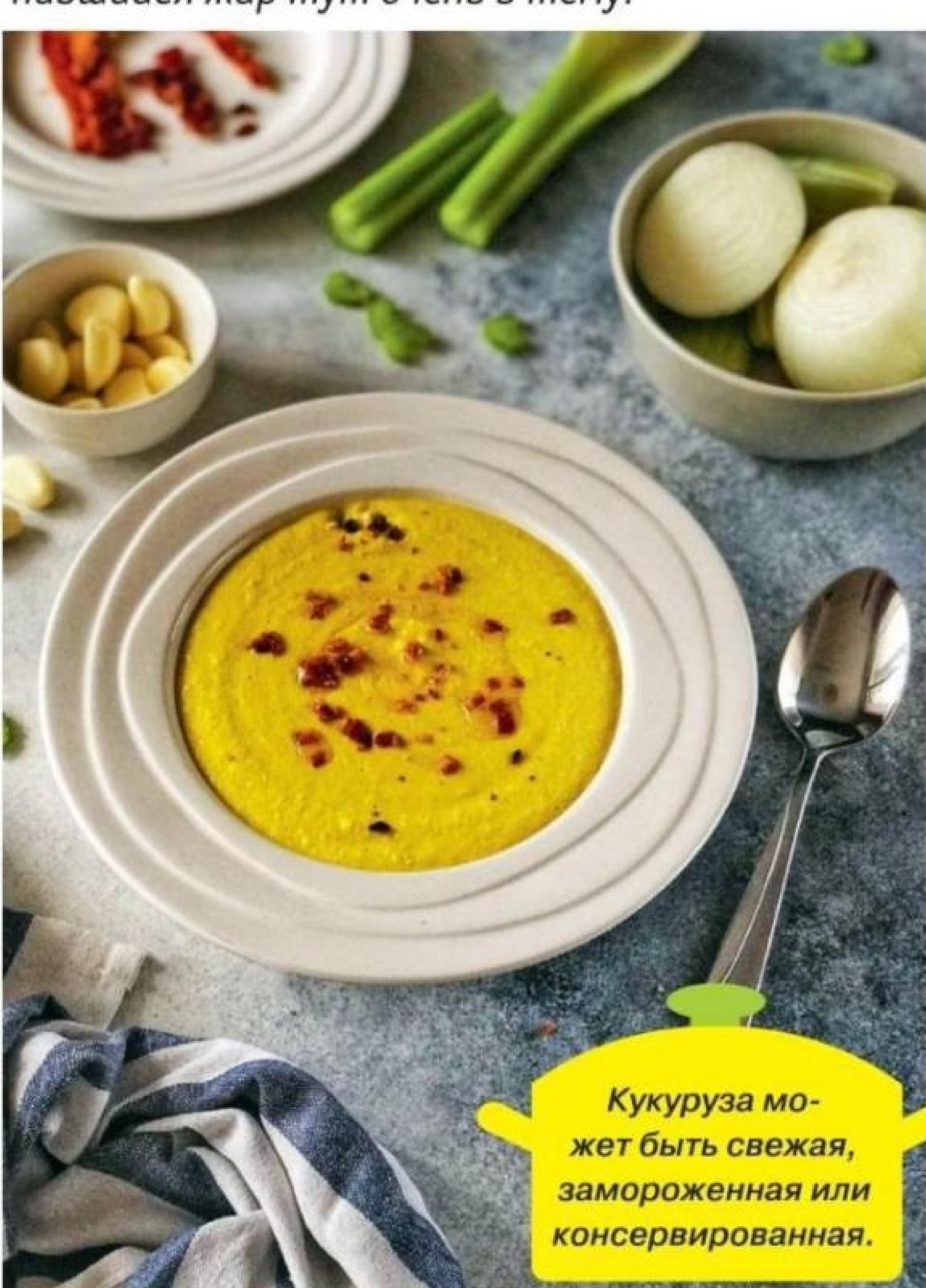
• 4-6 шампиньонов • луковица • 200-300 г вареного куриного филе • 200 мл 10% сливок • 150 г моцареллы • 2-3 ст.л. муки • соль • перец

Грибы и лук нарезать, обжарить на растительном масле. Смешать с кусочками филе. Муку подрумянить на сухой сковороде, ссыпать в миску, добавить 2-3 ст.л. сливок, перемешать. Влить оставшиеся сливки, посолить, поперчить. В кокотницы разложить смесь из грибов и мяса. Добавить заливку и пластины сыра. Запекать в духовке при 200 град. 10-12 мин.

Марина ВОДОЛАЖСКАЯ, г. Барнаул

Кукурузный крем-суп

Хрустящий бекон эффектно дополняет нежный вкус блюда. Даже вытопившийся жир тут очень в тему!



Кукуруза может быть свежая, замороженная или консервированная.

- **400 г кукурузы**
- **100 мл 33% сливок**
- **4 ломтика бекона**
- **1,5 луковицы**
- **3,5 крупных стебля сельдерея**
- **4 зубчика чеснока**

Нарезать лук, сельдерей и чеснок. Обжарить в кастрюле на растительном масле лук до прозрачности. Добавить сельдерей, готовить еще минут 7-10, помешивая. Положить чеснок, через минуту всыпать кукурузу, а еще через 5 — влить воду, она должна покрыть овощи. Варить, помешивая, 10 мин.

Влить сливки, прогреть. На сковороде обжарить ломтики бекона до хруста. Выложить их на бумажное полотенце. Готовый суп спюрировать блендером. Влить в тарелки, украсить нарезанным беконом и по спирали налить в каждую порцию по 1 ч.л. жира со сковороды. Подавать сразу же!

Анна ТИТКОВА, г. Москва

Улыбнитесь!

Пришел муж с работы уставший. «Что, — говорю, — опять ничего не успеваете?» А он мне, косясь в телевизор и за обе щеки наворачивая борщ: «Спасибо, вкусно!» И то хорошо.

Грибной с лапшой

С домашней лапшой супы получаются гораздо вкуснее и полезнее, но, когда нет времени, ее с успехом сможет заменить магазинный вариант.



• 300 г шампиньонов • 50-70 г лапши • 1 морковь • 2 картофелины • луковица • 300 мл куриного бульона • зелень • соль • 2 лавровых листа

Картофель нарезать крупными кубиками, морковь и луковицу — мелкими. В кастрюле довести до кипения бульон, всыпать овощную нарезку, соль, положить лаврушку. Варить 10-12 мин. Грибы нарезать крупными слайсами, опустить в кастрюлю, следом — лапшу. Варить около 10 мин. Снять с огня, посыпать измельченной зеленью.

Улена ПРИКАЗЧИКОВА, г. Измаил

Мнение золотой хозяюшки. Куриный бульон — идеальное дополнение к лапше! Я отвариваю домашнюю курицу с пряностями в большом количестве воды, а затем разливаю бульон в небольшие контейнеры, остужаю и замораживаю. Так у меня всегда под рукой есть баночка с суповой основой. **Марина Гармаш**

«Мясной мастер»

Думаете, чтобы сварить суп, нужно первым делом купить кусок мяса побольше, а лучше еще — на косточке для пущей наваристости? Глупости: для бульона подойдет даже завалявшийся в морозилке кругляшок фарша.

• 400 г мясного фарша • 2 картофелины • луковица • 1 морковь • 70 г риса • 200 г капусты • 2 ч.л. томатной пасты • 1 ч.л. сухих итальянских трав • соль • перец



Картофель нарезать брусочками, ссыпать в кастрюлю с 3 л холодной воды. После закипания варить 10 мин. Подрумянить на растительном масле нашинкованный лук и натертую морковь. Подмешать к зажарке фарш, томатную пасту, соль, пряности. Готовить еще 5 мин. В кастрюлю к картошке всыпать рис, посолить, поперчить, варить 10 мин. Добавить зажарку и нашинкованную капусту. Через 10 мин. снять с огня.

Марина МАЖАЕВА, г. Москва



Навязчивая реклама постоянно пугает нас холестерином и проблемами со здоровьем, которые он вызывает. Так ли страшен черт, как его малюют? Разберемся вместе с нашим экспертом, диетологом Людмилой Денисенко из г. Донецка.

Мой главный враг — холестерин?

Американцы давно и безуспешно борются с холестерином. Около 25% населения США работает «на аптеку», принимая дорогостоящие статиновые препараты. И хоть параллельно жители страны под звездно-полосатым флагом даже сокращают содержание жира в своем рационе, но умирают они от сердечно-сосудистых заболеваний все чаще.



Холестерин — это жироподобное вещество, которое образуется в печени, а также поступает в организм с продуктами питания животного происхождения. Это вещество входит в состав мембран клеток тела, нужно для синтеза многих гормонов. И даже занимает одно из первых мест в списке мощнейших антиоксидантов — щита против болезней и старения. Жиры, содержащие хо-

лестерин, отвечают за усвояемость таких важных витаминов, как A, E, D, K.

Содержание холестерина в крови в первую очередь зависит от работы печени. При нормальном питании и здоровом образе жизни этот орган прекрасно справляется сам. В этом случае бесхолестериновые диеты и лекарства только навредят: приведут к заболеваниям, депрессии, бесплодию. Особенно вредно низкое содержание холестерина в крови для детей: это приводит к замедлению и роста, и умственного развития.

Однако врачи все чаще заявляют, что атеросклероз — следствие не повышенного холестерина в крови, а воспаления сосудов! И вот отчего оно возникает — это другой вопрос. Причиной могут быть бактерии, вирусы, токсины, хронические отравления (те же курение и алкоголь), вредная еда. Потому, доверившись рекламе и сев на «антихолестериновую» диету, вы, наоборот, можете заполучить лишь проблемы со здоровьем!

Как помочь организму поддерживать уровень холестерина в крови в норме?

- Ведите активный образ жизни и поддерживайте себя рациональными и посильными физическими нагрузками.
- Отдавайте предпочтение жирам растительного происхождения — льняному, оливковому маслу и пр., но далеко не всяким! Избыток в меню соевого, кукурузного и подсолнечного может стать причиной воспаления сосудов. И не слушайте тех, кто призывает отказываться от сливочного масла, ведь оно содержит ретинол, которого нет в растительных.
- Ешьте продукты, богатые омега-3 жирными кислотами, — морепродукты, грецкие орехи, тыквенные семечки. Вступая в соединение с холестерином, они переводят его в растворимую форму, повышают эластичность сосудов.
- Сократите в меню «быстрые» сахара, повышающие уровень глюкозы в организме: они ведут к образованию «союзов» молекул сахара и белка, вызывая воспаление сосудов.
- Ешьте больше овощей и несладких фруктов: пектин из них задерживает всасывание холестерина в кишках.
- Пусть в вашем меню будет достаточно полноценных животных белков — из нежирных мяса и рыбы, творога, яичных белков (1,2-1,5 г на 1 кг массы, т.е. около 100 г в сутки).
- Ограничьте в меню, особенно при наличии избыточного веса: жирные сорта мяса (свинина, баранина) и птицы (утка, гусь), животные жиры, сливочный маргарин, жирные колбасы, ветчину, шпроты, зернистую икру, сливки, сметану. Сведите к минимуму в рационе пшеничный хлеб, сладости, мороженое, шоколад, сдобу, соленья, маринады, крепкие кофе и чай, насыщенные мясные и рыбные бульоны, острые закуски и приправы.

Гуляш по-сербски



Скажу без зазрения совести: это одно из вкуснейших блюд, которое я когда-либо пробовала!

• 1 банка консервированной белой фасоли • 2 сладких перца • 2 луковицы • 2-3 помидора — свежих или консервированных в собственном соку • 2 зубчика чеснока • 2-3 охотничьи колбаски • 1 ч.л. паприки • щепотка тмина • соль • свежемолотый перец • зелень базилика

Лук, колбаски и чеснок измельчить, обжарить на растительном масле 5 мин. Добавить паприку, крупно нарезанные помидоры и сладкий перец, томить 5 мин. Выложить в сковороду содержимое банки с фасолью, добавить тмин, перец и соль. Через 15 мин. подмешать измельченный базилик — он придаст особенную нотку блюду, и снять его с огня.

Валерия МАКАРЕВИЧ,
г. Москва, в «Инстаграме»
@reallera_food

Мнение шеф-повара. Отличное блюдо! В этом рецепте я бы даже ничего не меняла — повторяйте и оцените сами! Колбаски придадут блюду аромат копчености и соленость, остальные ингредиенты отлично сочетаются. Ярко, ароматно, сытно!
Елена Цой



Яичница-болтунья



Идеальное блюдо для завтрака — быстрое, вкусное, аппетитное!

на 1 порцию • **2 яйца** • **120 мл молока** • **1 помидор** • **соль** • **перец**

Яйца взбить, смешать с молоком, посолить, поперчить. Влить эту массу на раскаленную с растительным маслом сковороду. Жарить, помешивая, 2-3 мин. до образования комочков. Готовый скрэмбл выложить на тарелку, дополнить нарезанным помидором.

Анфиса ЯНЦЕВИЧ, г. Минск

А это идея!

Как сделать самые сухие котлеты (например, из куриной грудки или щуки) невероятно сочными? Горсть овсяных хлопьев, пускай и самых что ни на есть дешевых, замочите в минералке на 15 мин., отожмите и подмешайте в фарш. Вы удивитесь, как эта добавка преобразит готовое блюдо!

Наталья ВОЛКОВА, г. Брест

Тефтели «Сама нежность»

Благодаря соусу получаются сочными и особенно мягкими.

для тефтелей • **500 г любого мяса** • **100 г риса** • **1 яйцо** • **1-2 зубчика чеснока** • **соль** • **перец**

для соуса • **200 мл сливок** • **100 г лечо** • **2 ст.л. муки** • **2 моркови** • **луковица** • **соль**

Мясо нарезать, пропустить через мясорубку. Рис сварить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на дуршлаг. Смешать фарш, рис, яйцо, соль, перец и пропущенный через чесночницу чеснок. Сформовать из массы тефтели, выложить в форму.

Для соуса лук нарезать, обжарить на сковороде с растительным маслом. Всыпать натертую морковь, готовить 5-7 мин. Подмешать лечо, тушить 10 мин. Блендером взбить сливки с мукой. Добавить к ним зажарку, еще раз взбить. Влить воду,



доведя общий объем до 1 л, опять взбить, посолить. Залить соусом тефтели, накрыть форму фольгой или крышкой. Запекать в духовке при 200 град. 35-40 мин.

Вероника КРАМАРЬ, п. Первомайское Ленинградской обл.

* **формовать тефтели** удобнее смоченными водой руками.

А ты готов к сезону шашлыков?

Лето уже здесь, вот оно, на пороге! Но перед тем как вооружиться шампурами, пройдите этот короткий тест.



1. Вы выехали на природу и забыли купить угли, зато взяли с собой топор. Какое дерево падет вашей жертвой?

а) что-нибудь хвойное — у них самый ароматный дым
б) что-то лиственное типа березы или ольхи
в) да без разницы — главное, чтобы сухое было

2. Шашлыки на мангале надо поливать маринадом или пивом, чтобы:

а) придать аромат
б) сделать мясо сочнее
в) да ерунда это все, не надо мясо поливать — от этого оно только остывает и медленнее готовится

3. Перед поездкой на шашлыки семья попросила вас приготовить люля-кебаб. Какое мясо для него вы выберете на рынке?

а) конечно, говядину — она самый универсальный вариант для люля и нежирная к тому же
б) что куплю — из того и будет, можно и из курицы люля приготовить
в) только баранину, это классика!

4. Вам нужно снизить температуру жара в мангале. Для этого вы...

а) раскидаете угли подальше один от другого
б) насыплете сверху новый слой углей, предварительно собрав старые в кучку
в) побрызгаете на угли водой, стараясь не попасть на мясо

5. Вы оставили свиной шашлык в густом маринаде — с кефиром, зернистой горчицей и кусочками чеснока. А потому перед жаркой:

а) счистите соус с кусочков и используете для подготовки новой порции мяса
б) снимете с мяса маринад по максимуму (сгорит же!) и выбросите
в) оставите как есть, ведь с соусом шашлык получится сочнее

6. Вы приготовили такой вкусный маринад для мяса, что хотите подать его как соус. Ваши действия:

а) доведу до кипения, чтобы обезопасить, в нем все-таки сырое мясо плавало
б) добавлю в состав водки для дезинфекции — и к столу!
в) просто возьму — и подам. Что тут сложного?

Ответы: 1б, 2в, 3в, 4а, 5б, 6а.

«Тайны Армении»

С этим секретным маринадом вы станете признанным поваром летних пикников!

• 2,5 кг мяса • 2 луковицы • 10 г черного молотого перца • 25 г соли • 5 г сушеного базилика • 50 мл воды

Мясо нарезать кубиками со стороной 5 см, лук — кольцами, смешать. Добавить остальные ингредиенты, поставить в холодильник на сутки. Затем нанизать на шампуры, пожарить шашлык на мангале. Подавать, завернув в армянский лаваш вместе с маринованным красным луком и зеленью. И непременно предложить гостям по бокалу красного вина!

Нела ГРИГОРЯН, г. Минск.
Фото Ирины САВОСИНОЙ



Мой сын Владимир



Люля-кебабы с дымком

• 1 кг телячьего фарша • 1/2 кг куриного фарша • луковица • 1 ст.л. соли • 1 ч.л. кориандра • по 1/2 ч.л. черного перца и чили • пучок кинзы

Луковицу натереть, отжать, добавить к фаршу. Посолить, всыпать пряности. Тщательно перемешать — понадобится 10-15 мин., отбить о миску. Добавить мелко нарубленную кинзу, отправить в холодильник на час. Затем сформовать биточки. Каждый перебить в руках, чтобы избавить от лишнего воздуха. Нанизать биточки по одному на шампур, распределяя и прижимая мясо равномерным слоем. Пожарить люля на мангале до аппетитного румянца.

Наталья ГОРБАТЕНКО, г. Волгодонск

* **смачивайте руки водой,** тогда фарш не будет к ним липнуть.

Медовые крылышки



• 1,5 кг куриных крыльев
для маринада • сок 1 лимона • натертая цедра 1/2 лимона • 2 ст.л. меда • 3 зубчика чеснока • по 1/2 ч.л. сушеного базилика и перца чили • соль

Крылья разрезать по суставам. Чеснок пропустить через чесночницу, смешать с остальными ингредиентами маринада. Оставить в нем куриные кусочки на 2-3 часа, а лучше на ночь. Пожарить на гриле.

Наталья ШЕВЕЛЬ,
пгт. Новотроицкое Херсонской обл.

Рулетики «Дон Корлеоне»

• 2 филе куриной грудки • 150 г сыра • 100 мл молока • 1-2 зубчика чеснока • соль • перец • зелень

Куриное филе нарезать тонкими полосками, отбить, посолить, поперчить. Майонез сдобрить пропущенным через чесночницу чесноком, кулинарной кисточкой нанести этот соус на кусочки мяса с двух сторон. Оставить на полчаса для маринования.

Сыр натереть на мелкой терке, большую часть смешать с нарезанной зеленью. Выложить на каждую полоску филе по 1 ч.л. начинки, свернуть рулетиками. Перенести их в форму, полить молоком. Запекать в духовке при 180 град. 30 мин. Незадолго до конца посыпать оставшимся сыром.

Наталья ОРЛОВА, г. Нижний Новгород



спасибо!

Картошка по-княжески по рецепту Алены КАМЕНЕВОЙ из г. Харькова («ЗР» № 6, 2021 г.) — проще не придумаешь, а так вкусно! С творогом гарнир становится еще интереснее.

Инна МАСЛОВА, г. Горки

Овощной разгуляй

• 8 сладких перцев • филе 1 куриной грудки • 2 луковицы • 1 ст. риса • соль • пряности • сыр

Филе пропустить через мясорубку. Рис отварить в подсоленной воде. Лук нарезать. Смешать подготовленные ингредиенты, влить 100 мл воды, сдобрить солью и пряностями. У каждого стручка перца срезать бочок, вынуть семена, начинить фаршем. Выложить в форму, накрыть ее фольгой. Запекать в духовке 20 мин. при 180 град. Посыпать натертым сыром и вернуть в печку без фольги еще на 15 мин.

Ольга ХЛЫСТОВА, п. Бидога Иркутской обл.

Улыбнитесь!

С утра так захотелось капучино и круассан. А после поехать на вокзал к утреннему поезду до Вены или Парижа. В скромном дорожном платье, налегке, даже бриллианты с собой не брать. Сварила... пельменей. Отпустило. И поехала... на работу.

Нескучный завтрак

• 4 ломтика батона • 2 яйца • по 50 г колбасы и сыра • 1 помидор • 1 сладкий перец • соль • зелень



Из ломтиков батона вырезать часть мякиша. Яйца взбить венчиком, смешать с нарезанными колбасой, помидором, сладким перцем, зеленью, посолить. Уложить кусочки батона на разогретую с растительным маслом сковороду, подрумянить, перевернуть, влить начинку, накрыть оставшимся мякишем, обжарить.

Марина ДУРОВИЧ, г. Иркутск

Ужин графа Орлова

Скажете, пельмени вкусны сами по себе? Да, сложно не согласиться. А почему бы не приготовить их интереснее? Вы только представьте: с жареными грибочками и луком, присыпанные натертым сыром и запеченные в духовке. Просто объедение!

• 500 г пельменей • 200 г сметаны • 300 г шампиньонов • луковица • 1 морковь • 200 г сыра • соль

Пельмени отварить в подсоленной воде 5 мин. Затем обжарить на сковороде со сливочным маслом. Отдельно подрумянить нарезанный лук. Добавить натертую морковь, измельченные грибы, посолить, довести их до готовности. В горшочек выложить немного зажарки, пельмени и оставшиеся овощи. Залить разведенной водой сметаной так, чтобы жидкость доходила до середины горшочка. Посыпать натертым сыром. Крышками закрывать не нужно. Запекать пельмешки в духовке при 200 град. 25-30 мин.

Валерия ДЕЙНЕГА, г. Самара



Кулинарный совет

Моль и мороз

Однажды в запасах крупы завелась пищевая моль — я с трудом ее вывела. Как оказалось, нет лучшего средства борьбы с пищевыми вредителями, чем профилактика. Теперь всю купленную крупу, прежде чем отправить в кухонный шкафчик, оставляю на сутки в морозилке — и никаких проблем потом!

Ольга СЕВОСТЬЯНОВА, г. Киев

А в «ЗР» № 11 приготовим бакхендль — нежную и сочную курицу по-венски.

ПРИГЛАШАЕТ ЧИТАТЕЛЬ

Фуд-фотографии Ларисы Конончук из г. Острога прекрасны — яркие, аппетитные, сразу же хочется отправиться на кухню и повторить шедевр чудо-кулинарки. Однако наша героиня не считает себя мастером поварского дела — представляете?

Скромничает, конечно, но признается, что очень любит готовить. Особое внимание Лариса уделяет подаче блюд. Даже незатейливый салатик или бутерброды у нее выглядят так, как будто над ними колдовал лучший шеф-повар. Вплотную столкнуться с приготовлением еды Ларисе пришлось в институте — Киевском политехе. До этого не было такой необходимости: мама и бабушка хорошо готовили, да и папа любил баловать домашних вкусностями.

Однако в освоении кулинарного искусства не все шло гладко. Лариса вспоминает курьезный случай, когда с подружками по общежитию надумали приготовить плов: «Решили, что это простое блюдо. Но, оказалось, в наших знаниях был один существенный пробел. Мы не добавили воду. Просто насыпали рис к обжаренному с овощами мясу и стали ждать!» Конечно, в тот раз плова отведать кулинаркам не довелось. Благо позже освоить все секреты этого блюда помогла однокурсница, приехавшая на учебу из Бишкека.
После окончания института Лариса вышла замуж и со своим супругом Виктором уехала на Дальний Восток. Там он, лейтенант медицинской службы, ходил на подводной







лодке. А нашей кулинарочке сперва пришлось туговато, сама признается: «С продуктами (кроме рыбных) в этой местности в те времена была напряженка, пришлось научиться варить кашу из топора». И что вы думаете, справилась! В 2012 году нашей героине пришла идея проводить для друзей тематические вечеринки с национальными блюдами разных стран, костюмами, оформлением, музыкой и конкурсами. На память о них у Ларисы осталось много фото, а опробованные блюда прочно прописались в меню семьи. Три года назад по совету младшей дочери Жени хозяюшка даже завела кулинарный профиль в «Инстаграме» @larisa_gotovit и с удовольствием делится там не только рецептами, но и связанными с ними вкусными историями.

Гренки с песто

Идея завтрака — легкого, быстрого и вкусного. Наслаждение гарантировано!



• багет • яйца • 9% уксус

для песто **• 100 г зеленого базилика • 100 мл оливкового масла • 50 г пармезана • 1 ст.л. ядер кедровых орехов • 1-2 зубчика чеснока • соль • перец**

Листики базилика оборвать с веточек. Сыр натереть на мелкой терке. Чеснок мелко порубить. Орехи обжарить на сухой сковороде. Переложить подготовленные ингредиенты в чашу блендера, влить 50 мл масла, пробить до однородности. Небольшими порциями добавить оставшееся масло, продолжая взбивать.

Яйцо разбить в пиалу. Вскипятить воду в кастрюльке, подмешать немного уксуса, убавить огонь до минимума и столовой ложкой закрутить воронку. Влить в нее яйцо. Варить 4 мин. на малом огне. Достать пашот шумовкой и на 1-2 сек. положить в миску с холодной водой. Ломтики багета подсушить, смазать песто, дополнить яйцом.

Салат «Фантазия»

Придумался как-то сам собой и получил постоянную прописку в меню семьи Конончук. Ингредиентов берите столько, чтобы приблизительно соответствовали баночке шпрот.

• 1 банка шпрот • сваренный в мундире картофель • вареные яйца • консервированные огурцы • красная луковица • зелень укропа • перья лука • майонез или любимая заправка

Лук нарезать сегментами (можно предварительно замариновать с уксусом и сахаром), остальные ингредиенты салата — произвольно. Смешать, заправить соусом.



картошку можно заменить гренками из бородинского хлеба.

Свинина по-итальянски

Это один из самых любимых рецептов Ларисы. Свинина по нему напоминает французский беф бургиньон, но еще многограннее и интереснее. А во время запекания по всей кухне плывет умопомрачительный аромат. Долго зазывать домашних к столу точно не придется!

• 700 г свинины • 220 г лука-шалота • 2 зубчика чеснока • 200 г бекона • 170 г шампиньонов • 1 ст.л. свежих листьев тимьяна • 220 г чернослива б/к • 600 мл мясного бульона • 6 ст.л. вина марсала • 1 ч.л. крахмала • 1-2 ст.л. томатной пасты • 150 мл жирных сливок • соль • перец • зелень петрушки

В сковороде на растительном масле 5 мин. обжаривать измельченный шалот, переложить в сотейник. Затем столько же готовить нарезанную средними кусочками свинину, добавить к луку. Следом подрумянить мелко нарубленный чеснок, брусочки бекона, половинки грибов. Отправить все к мясу. Подмешать чернослив, влить бульон и вино, сливки, томатную пасту и разведенный в небольшом количестве воды крахмал. Посолить, поперчить. Накрыть крышкой, довести до готовности в духовке — при 180 град. на это уйдет 40-50 мин. В конце добавить нарезанную петрушку.



«Опаленный» пирог

О нем Лариса рассказывает так: «Совершенно незаслуженно забытый мной рецепт чуть ли не тридцатилетней давности, когда я еще не готовила всевозможных тартов, галет и маффинов. Взяла его тогда из журнала «Бурда Моден». Мне даже удалось найти все необходимые ингредиенты, что по тем далеким временам было редкостью! Десерт тогда нас не просто удивил, а поразил, так было вкусно. Правда, потом рецепт почему-то затерялся. Но буквально на днях муж вдруг неожиданно спросил, почему я давно не готовила этот пирог. Прекрасный повод порадовать любимого — решила я и отправилась на кухню!»

• 250 г муки • 150 г сливочного масла • 100 г сахарной пудры • 1 яйцо • 1 кг яблок • сок и натертая цедра 1 лимона • 50 г ядер грецких орехов • 1 ч.л. корицы • 15 г ванильного сахара • молотая гвоздика на кончике ножа • 1/3 ст. абрикосового джема • 60 мл коньяка



К муке добавить сахарную пудру, мягкое масло, яйцо, вымесить тесто. Поставить его в холодильник на 2 часа. Яблоки очистить, нарезать дольками, сбрызнуть лимонным соком. Орехи измельчить, смешать с корицей, ванильным сахаром, гвоздикой и цедрой. Тесто раскатать, намотать на скалку, переложить в застеленную пергаментом форму, сделать невысокие бортики, наколоть вилкой. Равномерно посыпать ореховой смесью. Затем рядами выложить дольки яблок. Выпекать в духовке 35 мин. при 200 град. Горячий пирог смазать тонким слоем подогретого абрикосового джема. В половник налить также подогретый коньяк и осторожно поджечь. Полить пирог горящей жидкостью.

Давайте знакомиться!

Вы — умелая кулинарка, заботливая мать и любящая жена? Тогда незамедлительно знакомьте нас со своей семьей и презентуйте фирменные блюда. Для этого нужно лишь написать на нашу почту zr@toloka.com — поспешите!

Мясо по-парижски

Способов приготовления мяса по-французски множество: различаются они порядком слоев и ингредиентами. Мне нравится вариант с картошкой и помидорами. Сочно, вкусно, можно и к домашнему ужину приготовить, и в праздник!

• 600 г свинины • 800 г картофеля • 2-3 помидора • 2 луковицы • 2 зубчика чеснока • 100 г сыра • 350-400 сметаны • соль • перец

Мясо нарезать ломтиками толщиной 1 см. Каждый слегка отбить, сдобрить солью и перцем. Сметану смешать с пропущенным через чесночницу чесноком. Картошку и томаты нарезать тонкими кружочками, лук — полукольцами. Картофель посолить, поперчить. Форму смазать растительным маслом, выложить в нее слоями, каждый смазывая соусом: 1/2 картошки, 1/2 лука, мясо, оставшийся лук, картошка, томаты. Распределить по ним соус, накрыть емкость фольгой. Запекать в духовке при 200 град. примерно час. Затем фольгу убрать, посыпать блюдо натертым сыром и вернуть в печку еще на 10-15 мин.

Марина КУХТЕРИНА, г. Камень-на-Оби



Мнение шеф-повара. Классика не может быть невкусной! Одобряю и то, что Марина заменила привычный многим хозяюшкам в этом рецепте майонез сметанным соусом. Он гораздо легче и полезнее. А можно вместо них взять и бешамель. **Алексей Маклагин**



«Морской круиз»

Когда себя баловать деликатесами, как не в праздник? Купите замороженную смесь различных морепродуктов — креветки, кальмары, мидии, кусочки осьминогов и каракатиц. По желанию можно добавить к ним крупные креветки, ведь их в такой «компании» обычно не особо много. И вперед на кухню!

• 300-400 г морского коктейля • 100 г креветок • 1 кислое яблоко • 1 огурец • 2 ст.л. майонеза

Креветки ошпарить кипятком, очистить. Вместе с неразмороженным морским коктейлем выложить на сковороду, на максимальном огне разморозить. Иногда советуют жарить до испарения влаги, но это слишком долго: кальмары станут жесткими, мидии развалятся. Поэтому просто слейте образовавшуюся жидкость и подсушите морепродукты на огне 2-3 мин. Огурец и яблоко нарезать. Смешать подготовленные ингредиенты, заправить салат майонезом.

Нина МИНИНА-РОССИНСКАЯ, г. Киров

Советы вслед

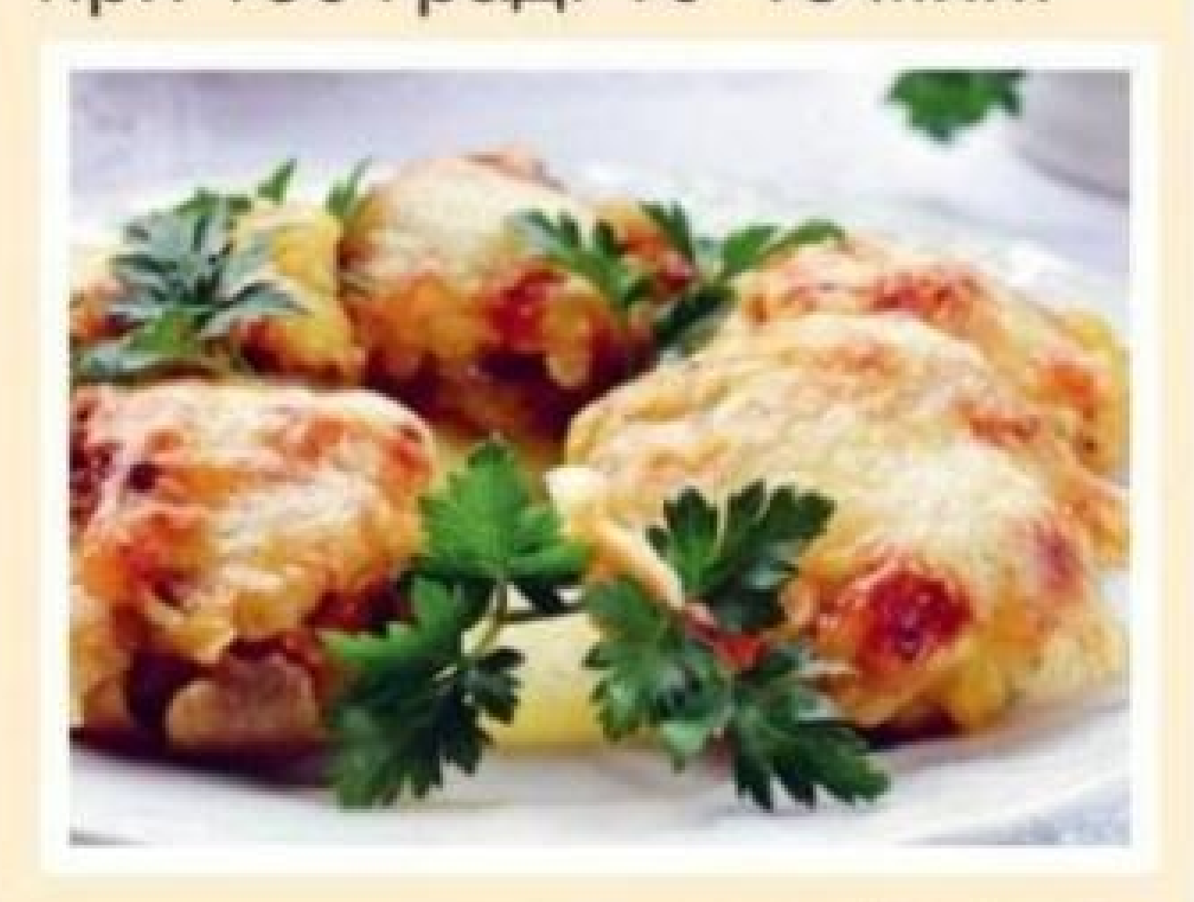
Слитая со сковороды жидкость может стать отличным бульоном для приготовления ризотто с морепродуктами и рыбой. Кстати, его запросто можно заморозить на потом.

«Ананасы для дамы»

Точнее, фаршированные ими и мясом грибы — что, впрочем, тоже неплохо.

• 15-20 шампиньонов • 1 куриное филе • луковица • 3 колечка консервированного ананаса • 80 мл сливок • 150 г сыра • соль • перец • сушеный чеснок

У грибов срезать ножки и часть мякоти, ее нужно измельчить. Нашинкованный лук подрумянить на сковороде, добавить нарезанные грибы. Жарить 2-3 мин. Подмешать кусочки мяса, готовить еще 3 мин. Добавить измельченные ананасы, прогреть 1 мин. Влить сливки, посолить, поперчить, через 2 мин. снять сковороду с огня. Начинку немного остудить, наполнить ею шляпки. Уложить в форму, посыпать натертым сыром. Запекать в духовке при 180 град. 10-15 мин.



Наталья ШИЛОВА,
п. Хохольский
Воронежской обл.

Тунец под «шубой-дубой»

Бесподобный салат для тех, кто придерживается правильного питания и не только. Отлично подойдет для торжества!



• 100 г тунца в с/с • пучок зеленого лука • 1 морковь • 1 свекла • 2 яйца • 2 ст.л. сметаны • 1 ч.л. горчицы • соль • перец

Сварить морковь, свеклу, яйца. Смешать сметану, горчицу, соль и перец. Тунца размять вилкой. Зелень мелко нарезать. Белки, морковь и свеклу по отдельности натереть на крупной терке. Выложить салат слоями: рыба, лук, белки, морковь (посолить, поперчить, смазать соусом), свекла (посолить и смазать соусом). Посыпать раскрошенными желтками.

Алена КАМЕНЕВА, г. Харьков

«По щучьему велению»

Запеченная в духовке фаршированная щука — ни дать ни взять царица праздничного стола.

• щука весом 0,8-1,2 кг • 100-150 г копченого угря • 6 шампиньонов • луковица • 1 ломтик батона • 1 яйцо • 8-10 маслин б/к • 8-10 кубиков феты • соль • перец



Щуку очистить, удалить жабры, не до конца отрезать голову, разделить хребет ножницами, подрезать ножом кожу и стянуть ее чулком. Хвост и плавники лучше оставить, чтобы на коже было меньше дырочек. Не страшно, если на ней будет немного мякоти, главное — удалить все кости. Отделить филе от хребта.

Обжарить измельченные грибы и порей на сливочном масле. Батон замочить в воде. Удалить у угря хребет и кожу. Филе обеих рыб, луковицу, зажарку и отжатый батон пропустить через мясорубку. Добавить к фаршу яйцо, поперчить и чуть-чуть посолить.

Кожу щуки аккуратно, чтобы не лопнула, заполнить фаршем, чередуя его с кусочками сыра и маслинами. По возможности пришить обратно голову. Положить щуку в форму для запекания. Готовить в духовке при 200 град. 30-40 мин.

Елена АНДРЕЕВА, г. Щелково



Живучий вирус?

Многие из нас не раз задавались вопросом: «Сколько уже надоевший всем коронавирус живет на различных поверхностях?» Расскажу и покажу. Кстати, для обеззараживания этих предметов их можно вымыть с мылом, обработать спиртовым или хлорсодержащим антисептиком.



4 часа

МЕДЬ (монеты, посуда, зажигалки, украшения)



8 часов

АЛЮМИНИЙ (банки с напитками, пищевая фольга, кухонная утварь — вилки, ложки)



1 день

КАРТОН (коробки для доставки еды, упаковка продуктов)



2 дня

НЕРЖАВЕЮЩАЯ СТАЛЬ (холодильник, мойка, монеты, кухонная утварь)



3 дня

ПЛАСТИК (тара для напитков, сиденья в транспорте, кнопки, элементы фурнитуры)



4 дня

ДЕРЕВО (мебель, посуда, украшения)



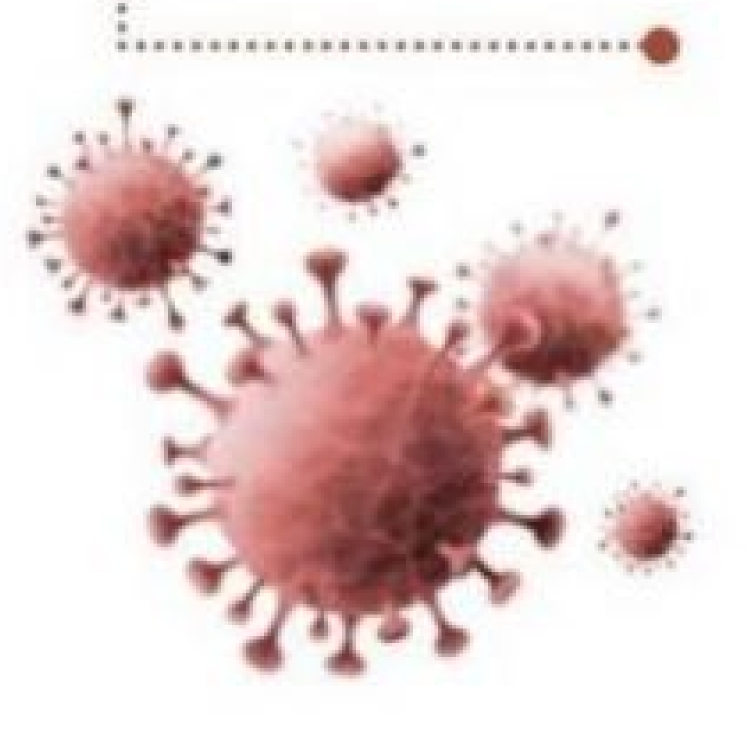
4-5 дней

СТЕКЛО И БУМАГА (посуда, газеты и журналы; деньги, зеркала)



5 дней

КЕРАМИКА, МЕТАЛЛ (посуда, дверные ручки, столовые приборы)



Ольга ШАБУРОВА, терапевт, г. Могилев

Пирог как с картинки

В последнее время мне катастрофически не хватает 24 часов в сутках. И в такие дни на помощь приходит этот рецепт. Пирог с сулугуни, спаржей и беконом бесподобен. Готовится элементарно, а на вид... только посмотрите, какой красавчик!

А вы знали, что в одном стебле спаржи всего 4 ккал?

Пласт бездрожжевого слоеного теста, не раскатывая, выложить на противень, щедро посыпать натертым сулугуни. Стебли спаржи завернуть в полоски бекона, уложить на сырную подушку. Выпекать пирог в духовке при 180 град. около 20 мин.

Арина КАРАНДЕЕВА,
г. Воронеж,
в «Инстаграме»
@krasivo_gotovim



7 причин полюбить спаржу

- нормализует артериальное давление и сердечный ритм
- укрепляет стенки сосудов и препятствует развитию инсультов
- очищает организм от шлаков, лишних токсинов и солей
- помогает работе почек, устраняет отеки
- улучшает работу кишечника и желудка, ускоряет обмен веществ
- защищает организм от развития раковых опухолей
- положительно влияет на нервную систему и работу мозга

Нелли СЮБОРЕВА, диетолог, г. Полоцк

А в «ЗР» № 11 ищите все секреты армянского лаваша: узнаем у диетолога, почему «исхудавший хлеб» полезен тем, кто следит за фигурой, испечем домашний лаваш в духовке (не хуже магазинного!), а еще приготовим из него изумительный пирог. Не пропустите!

Карельские калитки

Тесто у них необычное, но оно очень круто подчеркивает вкус начинки, придает ей изюминку. Если никогда не пробовали готовить что-то с ржаной мукой, это тот случай, когда надо начинать. Можно, конечно, заменить ее пшеничной, но текстура будет не та и весь смак пропадет.

для теста • 420 г ржаной муки • 140 г пшеничной муки • 300 мл воды • 10 г соли
для начинки • 5 яиц • 300 мл молока • луковица • 300 г грибов • 100 г сыра • 1 ч.л. куркумы • соль • перец • микс семечек и орехов

Смешать оба вида муки и соль. К половине этой смеси влить воду, постепенно добавить остальную муку. Замесить тесто, положить его в пакет, оставить в холодильнике, пока будете готовить начинку. Грибы и лук измельчить, обжарить на сковороде с растительным маслом, посолить, поперчить и остудить. Венчиком слегка взбить яйца, добавить молоко, куркуму, грибы с луком, почти весь натертый сыр. Тесто разделить на кусочки, каждый раскатать в круг, защипать края, формируя бортик. Положить заготовки на застеленный пергаментом противень. Влить в калитки начинку, посыпать семечками и оставшимся сыром. Выпекать в разогретой до максимума духовке на самом верхнем уровне 10-15 мин.

На 22 калитки диаметром 6-8 см.

Дарья БЛИЗНЮК, г. Москва

Совет вслед

Готовые калитки можно смазать сливочным маслом или обмакнуть в молоко, чтобы стали нежнее, но мне и так вкусно.

Мнение золотой хозяюшки. Этот пирожок объединил несколько народностей: есть карельская, вепская, заонежская калитка. Они отличаются по форме и способу защипывания: карелы готовили овальные калитки, вепсы и заонежане — круглые. Пекли калитки обязательно утром в воскресенье, в день счастья и отдыха. Берите и вы на вооружение идею замечательной традиции! **Екатерина Сивакова**

Многие хозяйки остаются верны кухонным помощникам, пришедшим к нам еще в прошлом веке. Ведь с ними не сравнятся никакие новинки! Не верите?

6 крутых девайсов от бабушки



Чугунные сковородки
Несмотря на обилие в магазинах посуды с антипригарным покрытием, чугунная все равно вне конкуренции. Она долговечная и экологичная, ведь при изготовлении не используется никакой химии, а антипригарные свойства появляются естественным образом во время готовки.

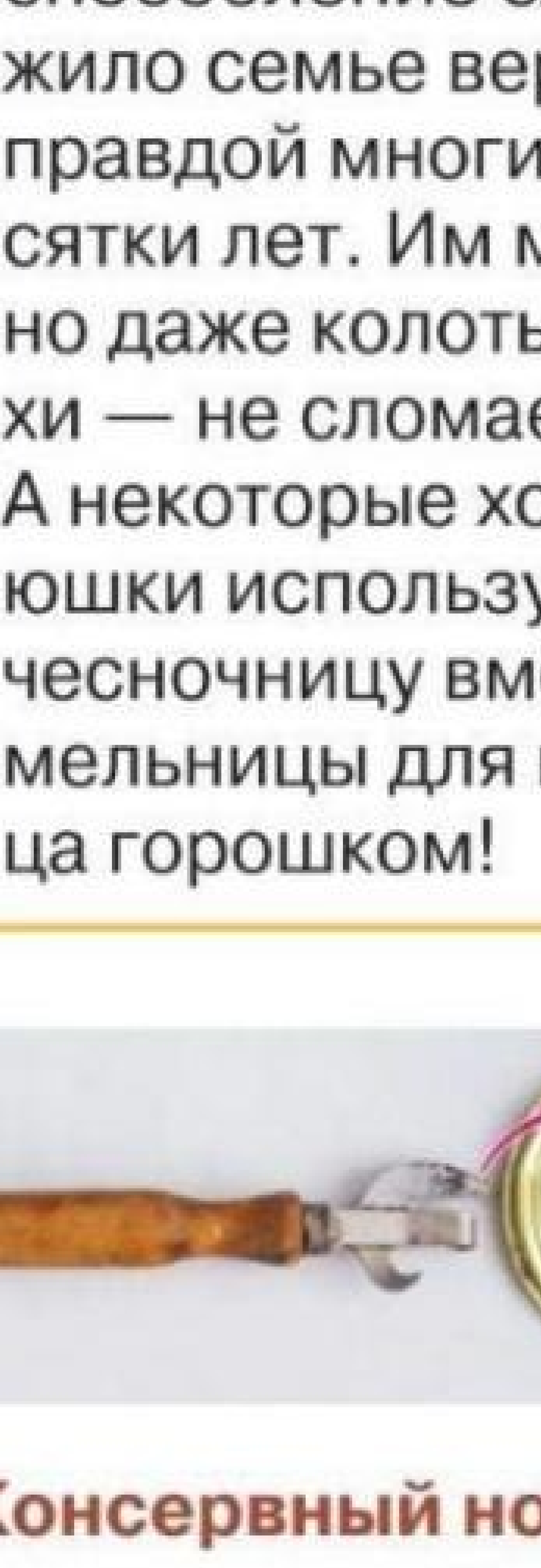
Чапельник
Приспособление, идеально подходящее для сковородок, у которых нет ручки или она сломалась. До сих пор служит верой и правдой на многих кухнях!





Мантоварка
С ее помощью можно приготовить сразу много мантов — это плюс, если у вас большая семья или ждете гостей. Причем благодаря конструкции девайса на каждом из его ярусов можно готовить разную еду.

Косточковыдавливатель
Гениальное приспособление для извлечения косточки из вишни. При этом ягода прекрасно сохраняет свою форму!



Чесночница
Прессы для чеснока в большинстве своем были очень надежными. Приспособление служило семье верой и правдой многие десятки лет. Им можно даже колоть орехи — не сломается. А некоторые хозяюшки используют чесночницу вместо мельницы для перца горошком!



Консервный нож
Еще одно удобное, практически вечное изобретение. Пользоваться этим «бабушкиным наследством» можно вечно, легко открывая банки с жестяными крышками. Современные версии таких ножей, увы, в большинстве своем работают хуже. Прежде чем банку удастся открыть, вся крышка будет измята и продырявлена.

Ольга СТАРОСЕЛЬЦЕВА,
кулинарный блогер,
г. Киев

Ешь, молись, люби и... пеки пиццу

Литготовка

Вместе с кулинарным блогером Екатериной Льдовой из г. Могилева готовим известные блюда из книг и фильмов. Присоединяйтесь!

Всем известно, что лучшая пицца в мире — итальянская, а лучшая пицца в самой стране — разумеется, неаполитанская, о чем и поведала героиня Элизабет Гилберт в автобиографической книге «Ешь, молись, люби», а Джулия Робертс продемонстрировала в одноименном фильме. Повторим?



• 300 г муки • 1 ч.л. сухих дрожжей • 1 ч.л. соли • 200 мл воды • оливковое масло • 100 г томатной пасты • 200 г моцареллы • 7-10 черри • 1 зубчик чеснока • несколько веточек базилика

Муку смешать с дрожжами и солью. Влить к ним теплую воду и 1 ст.л. масла. Вымесить тесто, оставить его на 30 мин. под полотенцем. К томатной пасте добавить листики базилика и измельченный чеснок. Поднявшееся тесто раскатать в круг, перенести на противень. Смазать соусом, сверху разложить кусочки моцареллы и половинки помидоров, сбрызнуть их оливковым маслом. Выпекать в духовке при 200 град. до хрустящей корочки.

Вкусная цитата

Здесь подают всего два вида пиццы: обычную и с двойным сыром. О новомодной чепухе вроде калифорнийской с оливками и сушеными томатами здесь слыхом не слыхивали. Тесто больше похоже на нан — индийскую пресную лепешку, чем на то, что мне доводилось пробовать прежде. Святые небеса! Тонкое, мягкое, крутое, пружинистое, вкусное, рассыпчатое, соленое, райское тесто для пиццы. Сверху — сладкий томатный соус, превращающийся в пузырчатую кремообразную пену, расплавленная свежая моцарелла из буйволиного молока, а в середине всего этого великолепия — одна-единственная веточка базилика, наполняющая всю пиццу пряным ароматом, словно кинозвезда в сверкающем платье в центре зала, рядом с которой все присутствующие ощущают себя звездами.

Классическую неаполитанскую пиццу выпекают только в дровяной печи при температуре 485 град. всего 2-3 мин.

Красиво печь не запретишь!

Вкусные пироги — это хорошо. А если они еще и красивые — вдвойне лучше! Для этого кулинары придумали немало способов, в том числе и фокачча-арт. О модном кулинарном тренде рассказывает шеф-повар из г. Минска Ольга Подолянчик.

Хлебный «холст»...

Превращать хлеб в эффектный съедобный шедевр придумала американский пекарь Тери Каллетто. Фокачча в качестве «холста» для такого искусства — идеальный вариант. У нее ровная основа, она быстро пропекается и «картина» не успевает сгореть, сохраняя свою красоту.





...и вкусные «краски»

Выбирая материалы для создания такой картины, ориентируйтесь на свой вкус. Зеленый лук или спаржа в фокачча-арте становятся стеблями или стволами, помидоры — цветами, желтый и оранжевый сладкий перец — солнцем. В создании шедевра могут участвовать капустные листья, овощная ботва, семечки и орехи, съедобные травы и цветы.

Все секреты мастерства

Чтобы в духовке тесто не вздулось, не забудьте наколоть его вилкой. Будьте готовы к тому, что картина после печки будет выглядеть хуже, чем до. Продукты могут поменять цвет, а детали — уменьшиться.

Есть несколько хитростей, которые помогут решить эту проблему:

- не нарезайте продукты очень мелко, пусть такие кусочки и выглядят красивее, но в духовке в мгновение ока высыхают;
- перед выпечкой щедро смажьте фрагменты картины растительным маслом — это уменьшит потерю декоративности;
- сочные овощи можно выложить на основу не сразу, а в середине выпечки, а зелень и травы — и вовсе за 2-3 мин. до конца;
- не передерживайте пирог в духовке и выбирайте оптимальную температуру.

Если сомневаетесь в красоте готового изделия с рисунком, испеките просто основу из теста, а потом смажьте ее сливочным сыром, выложите поверх съедобную картину — и подавайте к столу!

Сырный хлебушек

для теста • 400-500 г муки • 1 яйцо • 250 мл молока • 25 г сливочного масла • 25 мл растительного масла • 1 ст.л. без верха сахара • 1,5 ч.л. соли • 7 г сухих дрожжей **для начинки** • 2-3 ст.л. нарезанной зелени петрушки и укропа • 2 ст.л. растительного масла • 2 нарубленных зубчика чеснока • соль • перец **дополнительно** • 100 г сыра

Смешать теплое молоко, сахар, дрожжи и 1 ст. муки. Оставить на 10-15 мин. Добавить яйцо (немного желтка оставить), соль, растительное и растопленное сливочное масло. Всыпать муку, замесить тесто, убрать его в тепло на час. Затем обмять, переложить в форму, дать расстояться 10 мин. Ребром ладони сделать посередине углубление, в него выложить смешанную начинку. Посыпать натертым сыром, смазать смесью желтка с молоком. Выпекать в духовке при 180 град. 30 мин.

Елена ГОРОДИШЕНИНА,
ст. Платнировская
Краснодарского края

Кулинарная ревизия

А вы уверены, что храните продукты в холодильнике правильно?





ВАЖНО ЗНАТЬ!

- Не кладите горячую или даже теплую еду в холодильник.
- Не захламляйте полки — пусть воздух свободно циркулирует.
- Храните сырые продукты на тарелке или в контейнере.
- Держите овощи и фрукты в разных ящиках холодильника.
- Плотно закрывайте дверцу и реже держите ее открытой долго.



В следующем номере вас ждут...

С приходом теплого лета сложно не соблазниться ароматной клубникой на рынке. А некоторые дачники уже свою собирать начали, и дальше ягод будет только больше! Поэтому специально для вас — лучшие рецепты с этим вкусным и витаминным урожаем. Клубничный соус с кетчупом, салат для гурманов с мясом и ягодами, королевская ватрушка, панакота «Половинка моя», освежающий лимонад и пряный мохито. Заодно узнаем, как избавиться от ягодных пятен на ткани за секунду, что полезнее — клубника или апельсин, почему малину нужно есть при головной боли.

В продаже «ЗР» № 11 с 8 июня.

мой рецепт

Рубрика

Название рецепта

Ингредиенты

Приготовление

Это блюдо мне нравится, потому что

Мой совет

спасибо! похвалите рецепт, который вам понравился

Название рецепта и номер «ЗР» ______________________

Автор ______________________

Впечатления ______________________

____

____

____

____

____

Для получения гонорара

Фамилия, имя, отчество (полностью) ______________________

____

Полный домашний адрес (с указанием почтового индекса) ______________________

____

Контактный телефон (с кодом) ______________________

Серия и номер паспорта ______________________

Кем выдан ______________________

Когда выдан ______________________

Номер страхового свидетельства по пенсионному фонду ______________________

ИНН ______________ Число, месяц, год рождения ______________

Наш адрес: 214000, г. Смоленск, главпочтамт, а/я 200, «Золотые рецепты»; e-mail: zr@toloka.com

«Золотые рецепты наших читателей» 16+
№ 10 (284), 18 мая 2021 г.
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС 77-26884 от 11.01.2007 г. выдано Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия
Главный редактор **ЯЛОВА М.В.**
Учредитель и издатель ООО «Издательский дом «Толока»
Юридический адрес: Россия, 214000, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Тенишевой, 4а
Адрес редакции: Россия, 214000, Смоленская область, г. Смоленск, ул. Тенишевой, 4а
E-mail: ru@toloka.com
Для писем: Россия, 214000, Смоленская область, г. Смоленск, главпочтамт, а/я 200; www.toloka.com;
E-mail: ru@toloka.com
zr@toloka.com

Подписные индексы (ежемесячные):
П1198 «Подписные издания» Официальный каталог АО «Почта России»
72652 «Каталог периодических изданий Республики Крым и г. Севастополя»
Распространитель — ООО «Толока»
Тел. (4812) 61-19-80, (4812) 64-74-54
E-mail: ru@toloka.com
По вопросам доставки и качества изданий:
тел. (4812) 64-75-47
Свободная цена
Подписано в печать 07.05.2021 г. в 11.00
Тираж 22 000 экз.
отпечатан в типографии ООО «Возрождение», РФ, 214031, г. Смоленск, ул. Бабушкина, д. 8, офис 1
Отдел рекламы в Москве:
8 (495) 662-92-18,
8 (903) 615-56-07
E-mail: reklama_ru@toloka.com

Фото: Shutterstock.com, Dreamstime.com
Издается с марта 2007 года.
Выходит два раза в месяц.
На обложке Мария ШИЛОВА, г. Могилев
Фото Ирины САВОСИНОЙ
Следующий номер выйдет 8 июня 2021 г.

Если у вас есть отзыв, вопрос или претензия по доставке издания, позвоните нам по телефону (4812) 64-75-47 или напишите на электронную почту ru@toloka.com. Мы хотим, чтобы наше издание стало еще лучше благодаря вам.



Пробудите силу предков

Все мы хотим для себя и близких долгой здоровой жизни и счастливых преклонных лет. В этом могут помочь знания и опыт, накопленные нашими далекими предками. Пробудите их силу!

1 Подпишитесь на 2-е полугодие 2021 года на издания «Золотые рецепты наших читателей» («ЗР») и «Сваты на пенсии» («СнП»).

2 Пришлите копии подписных квитанций в редакцию до 1 июля 2021 года (контроль по почтовому штемпелю).

3 И получите оригинальные подарки!









✖ **Изображение тибетского узла долголетия** — символа, пришедшего к нам из глубины веков. Найденные во время раскопок изображения узла датируются VII веком до нашей эры! Узел долголетия — выбор тех, кто хочет убрать из своей жизни все пустое, накопить силы для рывка к исполнению собственных желаний, продлить молодость, укрепить здоровье.

✖ Сборник «Лечим щитовидку: уникальная методика славянской травницы» — потрясающий по своей глубине опыт одной из самых загадочных потомственных травниц.





Как подписаться на 2-е полугодие?

Для жителей России

Индексы «Почты России»: «ЗР» П1198, «СнП» ПО477 (со скидкой 11%).

На сайте toloka24.ru со скидкой 15% по промокоду SP21.

Для жителей Беларуси

Индексы РУП «Белпочта»: с 12 мая по 12 июня Льготный месяц скидок от «Толоки», экономия 12% по специальным индексам «ЗР» 21005, «СнП» 21022.

На сайте toloka24.by со скидкой 10% по промокоду SP21.



Куда отправлять копии квитанций?

РФ: 214000, Смоленская обл., г. Смоленск, главпочтамт, а/я 200, с пометкой «Пробудите силу предков»

РБ: 212030, г. Могилев, ул. Первомайская, 42, с пометкой «Пробудите силу предков».

По электронной почте: **SnP@toloka.com, zr@toloka.com**

Подарки отправим не позднее 15.08.2021 г.

РФ: Организатор ООО «ИД «ТОЛОКА» (ОГРН 1026701445210, ИНН 6730043329 адрес: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4а, тел. +7(4812)64-75-65) Реклама.

РБ: УНП 192173221. ООО «Издательский дом «Толока»